

# أصول المذاكرة

تعليم - تدريب



# أصول المبارزة

تعليم - تدريب

تأليف

جمال عبد الحميد عبد الباق

الاستاذ المساعد

بكلية التربية الرياضية للبنين

جامعة حلوان

اسكندرية - أبو قير

١٩٨٤



دار المعارف



## إهداء

- الى أبناء الجيل الحاضر والاجيال القادمة ...
- الى الشباب من أبناء الوطن العربى الكبير ...
- الى كل مواطن من أبناء جمهورية مصر العربية ...
- الى كل من لم يدخر وسعا فى سبيل نشر هذه الرياضة ...
- أقدم كتابى هذا فى كيفية تعلم المبارزة بالسيف •



# تقديم

انه لمن المؤكد لنا جميعا ولا يغيب عن بالنا ، انه كلما دار البحث والتفتيح عن موضوع ما — وهو هنا يتعلق بأحد مظاهر التربية الرياضية أو الرياضة البدنية العقلية — وتعددت أساليب الفكر والبحث في جوانبه المختلفة ، كلما كان ذلك دائما لصالح هذا الموضوع وليس ضده. ومجال البحث هنا خلال سطور هذا الكتاب يتعلق باحدى الرياضات البدنية التى لها تاريخ عريق طويل وهى رياضة «المبارزة بالسيف» وهو التعبير العام لها ، وذلك تحت اسم «أصول المبارزة» اشارة الى أن الحديث لن يقتصر على المبارزة بسلاح الشيش فقط بل يبحث أيضا فى النوعين الآخرين وهما «سلاح سيف المبارزة وسلاح السيف» ولكن فى غير توسع مثل سلاح الشيش حيث أن الاخير هو الذى يعتبر السلاح الاساسى للمبارزة كما يعتبر المدخل الرئيسى لها ومن خلاله يستطيع الفرد أن يتعلم أساسياتها وقواعدها من الناحيتين الحركية والفنية .

والهدف — فى الواقع — من اخراج هذا الكتاب الى حيز الوجود يتلخص فى اتجاهين ، الاتجاه الاول يتركز فى اتجاه البحث نفسه فى هذا الموضوع ليكون تسجيلا مكتوبا أمام صفوف الشباب ، اذا ما وجدوه بين أيديهم وأطلعوا عليه واستوعبوه ، حتى يكون ذلك بمثابة البداية التى ينطلقون منها الى ممارسة تلك الرياضة حركيا وتطبيقيا . أما الاتجاه الثانى فهو يعتمد أساسا على الاسلوب التعليمى ذى الخطوات المتتابعة حتى يستطيع القارئ بشىء من الفكر والتأمل أن يتعلم بنفسه أصول

هذه الرياضة وقواعدها وأساليب تطبيقها عمليا دون عناء كبير كخطوة أولى تسبق التدريب على ممارستها جديا ، وحتى يصبح الامر مفهوما وواضحا له مما يبعد الغموض عن ذهنه الى حد كبير .

هذا بالنسبة للهدف العام ، أما عن محتويات هذا الكتاب فهو في أساسه يشتمل على المبادئ الأساسية الحركية للمبارزة بالاسلحة الثلاثة وخطواتها التعليمية والتطبيقية والتدريبية ، ولا يبحث في قواعد القانون الدولي للسلاح الا في الضرورة اللازمة لاستكمال الشرح والتفسير، حيث أن القانون الدولي للسلاح له المجال الخاص به لمن يريد دراسة نصوص بنوده وأحكامه .

هذا بالنسبة للاتجاه الفكري العام الخاص بموضوع هذا الكتاب أما بالنسبة للاتجاه التنفيذي العملي لتوسيع قاعدة النشء من الشباب تمهيدا لاكتشاف الخامات الممتازة منهم ورعايتها والعناية بتدريبهم حتى المستويات العالية ، ويتم ذلك أولا بنشر الوعي لهذه الرياضة بين شباب مراحل التعليم المختلفة وخاصة المراحل الاولى منها كخبرة الدراسة الاعدادية ، ولدرس التربية الرياضية دورا هاما في ذلك ، وفي اختيار اللائقين منهم الذين لديهم الاستعداد الجثماني والفكري لممارسة المبارزة وتقديمهم لمراكز التدريب المعدة لذلك حيث يتم تدريبهم طبقا للمراحل الآتية :

**المرحلة الاولى :** تتضمن التدريب على حركات القدمين الرئيسية بدون سلاح .

**المرحلة الثانية :** تتضمن التدريب على حركات القدمين السابقة باستخدام السلاح بدون خصم .

**المرحلة الثالثة :** تتضمن الحركات السابقة باستخدام السلاح مع تعليم الحركات الاساسية للهجوم وأوضاع وحركات الدفاع الرئيسية .  
ويتم ذلك مع المدرب .

**المرحلة الرابعة :** تتضمن كيفية المبارزة البدئية بين خصمين تحت اشراف المدرب أو مع المدرب نفسه .

وبانتهاء المرحلة الرابعة من التدريب ، يستطيع الناشئ أن يصل الى الدرجة التى تمكنه من أن يقف على قدميه كمبارز ويبدأ فى التدريب على مستويات البطولة مترقيا حتى يصل الى أعلى مستوى يستطيع أن يصل اليه . خلال هذه المراحل التى سبق ذكرها ، ينتقل المبتدئ من المرحلة الاولى الى المرحلة التالية يتسلسل ترتيبها على التوالى تبعا لمدى تقدمه وذلك بإجراء اختيار خاص يثبت درجة ومدى ما وصل اليه من نجاح بالنسبة للمرحلة التى تدرب عليها . ومن ينجح منهم ينقل الى المرحلة التالية وهكذا .

وفى ختام هذا الحديث الذى تقدم كمقدمة لهذا الكتاب « أصول المبارزة» أرجو أن يكون لى شرف المساهمة به فى تحقيق الآمال المرجوة فى رفع شأن هذه الرياضة بين صفوف شبابنا العربى حتى يتبوأ مراكز البطولة بين شباب الدول الاخرى .

والله يوفقنا جميعا الى ما فيه الخير والعزة لامتنا العربية .

المؤلف

والله ولى التوفيق ،،،



## تاريخ المبارزة والتطورات التى طرأت عليها

### المبارزة بين الماضى والحاضر :

كان الانسان منذ بداية الحياة فى العصر الحجري القديم يستخدم قطع الحجارة المدببة فى الصيد والقتل والدفاع عن نفسه ضد أعدائه من الانسان والحيوان ، وبمرور الزمن وتطور الحياة وبداية العصر البرونزى باكتشاف الانسان للبرونز بدأ يستخدم هذه المادة فى صنع رؤوس السهام والرماح كما صنع منها آلات حادة تشبه الخناجر التى أخذ شكلها يتهدب ويستطيل بما يشبه السيف الطويل النصل حتى يستطيع الانسان اصابة خصمه وهو على بعد كاف منه دون أن يصاب ومع بداية العصر الحديدي واكتشاف مادة الحديد بدأ الانسان فى استخدام هذه المادة فى صناعة السيوف التى يستخدمها فى صراعاته حيث وجد أن هذه المادة أصلب وأقوى ، كما أخذت أشكال هذه السيوف تتعدد أطوالها وتختلف فظهر منها السيف ذو النصل العريض الطويل والقصير ومنها ما يتميز بالحد القاطع أو بالطرف المدبب بما يعطى له كفاءة عالية فى القتال تبعا للفكرة السائدة فى كل حقبة من الزمن. هذا القتال باستخدام مختلف أشكال وأنواع السيوف أطلق عليه اسم المبارزة لما يتميز به هذا النوع من الصراع الفردى وتبادل الكر والفر والهجوم والدفاع بين اثنين من المقاتلين .

ولقد كان استعمال السيف فى القتال يشكل العمود الفقرى لنوعية الحرب التى كانت تنشب بين شعوب الدول القديمة فى عصور ما قبل الميلاد وما بعده ، عبر عصور الفراعنة والاغريق والرومان والعرب وغيرهم وكان مما يرجح كفة أحدهم على الآخر حسن استخدام الجنود

لسيوفهم ومستواهم العالى فى المبارزة أثناء القتال ، ويؤكد لنا ذلك مراجعتنا للنقوش الاثرية المسجلة بالمعابد الفرعونية المختلفة والحفريات الاثرية وما هو موجود بالمقابر منذ عهد الاسرة الاولى حتى نهاية عهد الاسرة الثلاثين اوجدنا الكثير من تسجيل للمعارك التى جرت واستخدمت فيها السيوف فى القتال . ويتسلسل الاسرات تطور السيف وتعديل فى شكله وطريقة صنعه واستخدامه وهذا دليل قوى على اهتمام الفراغنة الشديد بالمبارزة والتدريب العنيف عليها سواء للغزو أو للدفاع وعلى أنها كانت تمثل ركنا أساسيا فى حياتهم وعلى تقديسهم للسيف الذى كان يعتبر عماد الدفاع عن النفس ووصل بهم الامر الى وضعه فى المقبرة حتى يستخدمه الفرد عند بعثه للحياة مرة أخرى فى رحلة الحياة الابدية ، كما كانوا يعتقدون فى ذلك الزمن من أزمان الحياة ، وفى اليونان القديمة واسبرطة وأثينا كانت هذه الدويلات الاغريقية فى قتال مستمر وحروب دائمة بين الحين والحين مما دعا كل دويلة أن تعد مواطنيها وتجعلهم فى حالة استعداد دائم بتدريبهم على المبارزة وأعمال الفروسية حتى يكونوا على أهبة الاستعداد وفى حالة طيبة من التدريب وحتمت على كل قادر ضرورة اجادة فنون المبارزة مما أدى الى ارتفاع مستواها فى الدول الاغريقية القديمة وكذلك كان الحال فى روما القديمة والامبراطورية الرومانية فلقد كان الرومان يوجهون اهتماما كبيرا الى فنون المبارزة والطنن والنزال وتدريب الفرق الكثيرة الكبيرة الاعداد على استعمال السيوف والرماح والدروع فى الضرب والنزال وظهر تفضيلهم لضرب الاختراق فأدى ذلك الى انتشار المبارزة فى أيامهم بدرجة كبيرة أدت الى انتشار ساحات المبارزة وظهور طبقة المقاتلين المحترفين الذين كان يقتل منهم الكثير أثناء المنازلات التى كانت تقام بينهم أمام المتفرجين والتى كانت تسمى بالمبارزة حتى الموت

بلى هذه العصور من تاريخ المبارزة — عصر الدويلات الاغريقية وعصر انرومان — فترة العصور الوسطى من التاريخ — حيث انتشر المسيحية كان الحد الفاصل بين العصور القديمة والعصور الوسطى وكان سقوط الامبراطورية الرومانية فى الغرب حوالى عام ٤٧٦م — ايذانا ببدء فترة تعرف فى التاريخ باسم العصور المظلمة وساعدت دخول الدويلات الاغريقية الوثنية الى المسيحية وانتشارها بينهم على تقوية حركة التقشف ونشأة الاديرة مما أدى الى اهمال انواع النشاط البدنى وبالتالي اهمال المبارزة والتدريب عليها واعتبار الانسان وبدنه وحدتان منفصلتان لا علاقة لاحدهما بالآخر ولذلك انحسرت واندثرت فنون المبارزة خلال هذه الحقبة من التاريخ .

ونتيجة انفكك الامبراطورية الرومانية وضعف حكام أوروبا — قام نظام اجتماعى جديد عرف بعهد نظام الاقطاع ، وهذه الفترة تمتد من القرن التاسع الميلادى الى القرن الرابع عشر حيث قام كل نبيل له شئ من العزوة والسطوة ببناء الحصون وامتلاك الاراضى الثماسة وعملوا على زيادة نفوذهم وقوتهم ، كما اتجه أبناء هؤلاء النبلاء اما الى الكنيسة ليصبحوا رجال دين أو الى التربية البدنية ليصبحوا فرسانا ورجال سيف ، ولقد كانت التربية البدنية هى محور تربية الفارس فكان اعداده يشمل التدريب على الجرى والملاكمة والقفز والسباحة أولا وفى سن الرابعة عشرة يمارس نواحى ألعاب القوى والمبارزة بالسلاح وركوب الخيل وبعد أن يصل الى سن الحادية والعشرين ويصل الى لياقته البدنية المطلوبة ويتقن السوان النشاط اللازمة للفارس وهى تتركز فى المبارزة بالسيف وركوب الخيل ينصب ويدخل زمرة الفرسان وبذلك ازدهرت من جديد المبارزة وتعددت فنونها ودخل عليها تطور جديد فى الاسلحة المستعملة فظهر السيف ذو النصل الرفيع والطرف المدبب والقبضات المختلفة ذات

الحلقات المستديرة ولقد عرفت تلك الفترة التي تلت العصور المظلمة  
بعصر الفروسية •

وفى منتصف القرن الخامس عشر بدأت المبارزة تأخذ طابعا حديثا  
فمنذ أوائل عام ١٤٧٤م ظهر فى أسبانيا اهتمام شديد بنشر المبارزة  
بين شبابها لما لها من فوائد تربوية وجسمانية فى اعداد المواطن الصالح  
ووضعت لها قواعد وأصول قام بتفسيرها اثنان من اساتذة هذا العصر  
هما (جياكومبنز ، بييردى تريس) - ثم قام ، (بييز مونشير) الايطالى  
بتأليف أول كتاب عن المبارزة عام ١٥٠٩م فكان ذلك بداية موفقة لدراسة  
وتعليم فن المبارزة ، وفى عام ١٥٣٦م وضع - اشيل ماروزو - الايطالى  
كتابا آخر عن المبارزة جمع فيه المعلومات والقواعد التى طرأت على  
المبارزة منذ هذا التاريخ الذى بدأت تظهر فيه كفن له قواعده وأصوله،  
وفى نفس الوقت بدأت تظهر المدارس الخاصة بتدريب وتعليم فن  
المبارزة فى ايطاليا وفى غيرها من البلدان مثل بلجيكا وهولندا كما بدأ  
مؤرخو التاريخ وأساتذة المبارزة فى مناقشة تاريخ ظهور المبارزة  
الحديثة ومتى وأين بدأت بصفة عامة وانفقوا على أنها أول ما ظهرت  
ظهرت فى ايطاليا •

وبعد ذلك انتشرت المبارزة الحديثة فى فرنسا فى عهد الملك شارل  
التاسع عن طريق الخبراء الايطاليين فى السلاح الذين احضرتهم والده  
هذا الملك وتدعى كاتلين دى متشيه - الى فرنسا لتدريب ضباط وفرسان  
الجيش الفرنسى ، واستمرت الاستعانة بهم حتى عهد الملك هنرى الرابع  
- وفى عهد الملك - لويس الثالث عشر - بدأ الخبراء الفرنسيون فى  
القيام بتدريب أبناء بلدهم على المبارزة مستعينين بالخبرة التى  
اكتسبوها من الايطاليين وخبرتهم الشخصية فى التدريب بطريقة حديثة  
توصلوا اليها بأنفسهم - ونتيجة لذلك تولد فن جديد للمبارزة فى فرنسا

وأصبحت اديهم طريقتهم الخاصة التى تتفق مع طبيعة الشخصية  
والعادات الفرنسية التى تغلب عليها الرشاقة والدقة التى تختلف عن  
الايطاليين الذى يغلب عليهم طابع القوة والسرعة وفى عهد الملك  
— لويس الرابع عشر — ازدهرت المبارزة بين الفرنسيين وظهر كثير  
من المدربين وأساتذة المبارزة وكان على رأسهم المدرب الفرنسى — سانت  
آنج — كما قدم هذا الملك مساعدات كبيرة فى سبيل نشر البارزين  
الفرنسيين فأنشأ اتحادا لمدرى المبارزة فى فرنسا كان يحمل اسم  
«الأكاديمية الملكية الفرنسية لاساتذة المبارزة» وكان كل استاذ يقوم  
بخدمة المبارزة مدة ٢٠ سنة ينال رتبة نبيل ويصبح من نبلاء ذلك العصر  
وكانت هذه الرتبة يتوارثها الابناء عن الآباء وفى عام ١٥٧٣م ظهر فى  
فرنسا أول كتاب عن السلاح قام بتأليفه أحد النبلاء ويدعى — سانت  
دى ديبيه — من محافظة البروفانس بفرنسا ، وظهرت بعد هذا الكتاب  
عدة كتب اخرى كان الغرض منها محاولة التقدم بفن المبارزة للوصول  
بها الى الافضل وكانت نتيجة هذا الاهتمام للمبارزة فى الفترة من عهد  
الملك شارل التاسع حتى عهد الملك لويس الرابع عشر أن تقدم فن المبارزة  
بدرجة كبيرة عن طريق كثرة المبارزات بين الافراد والنبلاء فكان ذلك  
من الاسباب التى رفعت من مستوى المبارزة فى فرنسا بصفة عامة،  
وفى عهد الملك لويس السادس عشر بدأت الحكومة الفرنسية تشعر  
بوطأة المبارزات الدامية التى كانت تجرى بين الافراد والنبلاء حتى كاد  
يفنى بعضهم البعض فاتخذت قرارا رسميا وحاسما بمنع وتحريم هذه  
المبارزات الدامية وقررت عقوبة رادعة لمن يضبط فى احدى هذه  
المبارزات • ولكن بالرغم من ذلك استمرت هذه المبارزات سرا ولم يؤثر  
هذا القرار فى منعها منعا باتا ، بل بدأ الكثيرون فى ممارستها فأصبحت  
مرغوبة أكثر من ذى قبل مما ساعد على رفع مستوى المبارزة فى فرنسا  
الى درجة عالية من الاتقان لها أثرها حتى الآن •

وفى النصف الثانى من القرن الثامن عشر الميلادى أصبح للمبارز شأنا كبيرا فى فرنسا لدرجة أن الكتب المتتالية المتعاقبة بدأت فى الظهور باحثة فى فن المبارزة وأصولها وقواعدها مشتملة على بحث عميق ودراسة شاملة حتى أن هذا العهد أطلق عليه «العهد الذهبى للمبارزة فى فرنسا» واقتنع الخبراء الايطاليون بقوة الطريقة الفرنسية وارتفاح مستواها الفنى •

وفى أواخر القرن الثامن عشر قام - بىر لافوازير - باختراع القناع الخاص للمبارزة الذى يوضع على الوجه لحمايته ففتح هذا الاختراع بابا جديدا لتحسين فن المبارزة وتقدمه حيث أن المبارز كان حريصا ويوجه عناية كبيرة نحو اتجاهات السيف سواء من جانبه أو من جانب خصمه مما يؤثر على فن الحركة وسرعتها ذلك ان المبارز كان لا يستطيع الاقدام على استخدام بعض الحركات مثل حركات الهجوم المضاد نظرا لعدم وجود قناع يحمى وجهه ، وأدى ذلك أيضا الى ظهور السلاح الذى تشكل مجموعة من الحركات الهجومية المتتالية مثل حركات المحاورة أو الحركات المتبادلة هجوما ودفاعا بين المبارزين مثل حركات الرد والرد المضاد وغيرها •

وفى عام ١٨١٥ فى ابريل قدم ابن لافوازير كتاب عن السلاح تحت عنوان «فن المبارزة» أوضح فيه أسس الطريقة الفرنسية للمبارزة ثم جاء جان لويس الذى كان استادا ومدربا مشهورا وقام بتحسين طرق المبارزة التى وضعها ابن لافوازير • ويمكن القول بأن هذه الفترة من الزمان انتهت عندها المبارزات الدموية وبدأت ممارستها كنوع من النشاط الرياضى وظهر على أثر ذلك أفضل مدربي وأساتذة السلاح الفرنسيين أمثال «لافواجير ولوزيه» وفى النصف الثانى من القرن التاسع عشر ظهر أساتذة السلاح فيجان وكامى وبريفومست وباللران ولوسيان وكبر

شهوهر — كمدربين للسلاح فى فرنسا ، وسارت بعد ذلك رياضة المبارزة فى تقدم مستمر ونشأت المدرسة الايطالية والمدرسة الفرنسية وسارتا جنبا الى جنب فى تنافس مستمر ساعد على رفع مستوى المبارزة الى درجة عالية ؛ ولا يمكن لنا أن نفضل أحدهما عن الاخرى حيث أن كلتاهما ممتازة واستخدام اللاعب لاي طريقة منهما تمكنه من أن يصل الى المستوى العالى من الكفاية ، وفى أوائل عهد المبارزة كنوع من النشاط الرياضى ظهر نوعان من الاسلحة يستخدم فيهما طرف نصل السلاح فى اللمس أولهما هو الشيش (الفلوريه) تدريبيى واعدادى والسلاح الآخر هو سلاح سيف المبارزة (الاييه) الذى كان يستعمل أساسا فى المبارزة الدامية والحقيقية ، وفى عام ١٨٥٣م جاء شارل بستارد الفرنسى البريتونى ، وبدأ فى الحديث عن استعمال سلاح الشيش كرياضة مستقلة بذاتها وتحقق له ذلك ، كما كان له الفضل الاول فى تحديد كثير من حركات الدفاع والهجوم ووضع الاصطلاحات الخاصة بها مثل وضع الدفاع الثانى وحركة تغيير الاتجاه وحركات الرد والهجوم بالضرب والمحاورة بالسلاح وتكملة الهجوم وتكراره واستعادته كما منع حركة الدفاع بالذراع الحرة لابعاد سلاح الخصم وعلاوة على ذلك وضع طرق اقامة المباريات وقواعد رياضة المبارزة التى تستعمل معظمها حتى الآن وبعد أن تم لتلك النظم والقواعد الاستقرار استخدمها الفرنسيون والايطاليون فى الدورات الحديثة حيث كان هؤلاء يحصلون دائما على المراكز الاولى لهذه الدورات دون غيرهم وكان من النادر أن ينافسهم فيها أحد من الجنسيات الاخرى .

رأينا مما سبق بين الماضى البعيد والحاضر القريب ، أن المبارزة مرت بمراحل متطورة على مر العصور المختلفة ، وأنها كانت الوسيلة الرئيسية فى القتال بين الجيوش المتحاربة وهنا نستطيع أن نسأل ما الذى أدى

الى تحول المبارزة بسيف كوسيلة للحرب والقتال الى وسيلة لنشاط رياضى ذات طابع رشيق دقيق — أن السبب المباشر لانتشار رياضة المبارزة فى العصر الحديث هو ظهور البارود والمتفجرات واستخدامها فى القتال وهذه بدورها أدت الى اختراع المدافع من مختلف الاحجام والبنادق والمسدسات التى مكنت الانسان من أن يصيب عدوه على بعد منه يؤمن سلامته وبذلك فقد السيف قيمته الكبيرة فى القتال تدريجيا أمام تطور الاسلحة النارية واتجهت اسلحة المبارزة اتجاها مباشرا الى استعمالها فى وجهة رياضية بحتة وتطورت طريقة صنعها بما لا يسبب أذى على من يستخدمها فى نشاطه الرياضى •

وفى عام ١٩٣٣م حدثت تغيرات كبيرة فى سلاح سيف المبارزة وفى بطولة العالم لهذا العام استخدم لأول مرة الجهاز الكهربائى فى تسجيل اللمسات ومنذ هذا التاريخ تغيرت طرق المبارزة بهذا السلاح لتتنفق مع استخدام الجهاز دون حاجة لتحديد اللمسات عن طريق الحكام وبدأ هذا النوع من المبارزة يأخذ مكانا لائقا أولا على غيره من الاسلحة الاخرى ففضل لاعبون كثيرون ممارسته نظرا لدقة تحكيم اللمسات بفضل هذا الجهاز ، كما جذب الكثير منهم وأصبح عدد لاعبي هذا السلاح يزداد كل سنة عن الاخرى بدليل أننا فى كل بطولة دولية نجد أن عدد لاعبي سيف المبارزة أكبر من عدد لاعبي الاسلحة الاخرى وبفضل هذا الجهاز ارتفع مستوى لاعبي الدول الاخرى وفقدت فرنسا وايطاليا الامتياز الذى كانتا قد حصلتا عليه ، كما فقدت مركزها الثابت بين الدول فى هذا السلاح ، واليوم نجد أن هناك ستة دول تقف على قدم المساواة مع فرنسا وايطاليا فى المبارزة لهذا السلاح وهى (السويد الدانمرك — اوكسمبورج — المجر — انجلترا — روسيا) والدليل على ذلك أنه فى البطولة الدولية التى أقيمت عام ١٩٥٠ فاز ببطولة العالم

الفردية لاعب دانمركى يدعى (لوهوف) فى لشبونة فى البرتغال وفى عام ١٩٥٣ فاز بنفس المركز اللاعب المجرى (شاكوفتش) وبعد ذلك كان الفائزون بالمراكز الأخرى فرنسى ثم ايطالى ثم انجليزى ثم روسى وفى عام ١٩٥٥ حدثت أيضا تغييرات كبيرة وتطور كبير فى سلاح الشيش فى هذا العام استخدم لأول مرة الجهاز الكهربائى فى تسجيل اللمس فى بطولة العالم لهذا الجهاز فى روما بنيطاليا كتجربة أولى لصلاحية هذا الجهاز فى المبارزة بهذا السلاح الذى يختلف فى قواعده عن سلاح المبارزة وبعد ظهور هذا الجهاز بدأت الدول الأخرى تقف الى جانب الايطاليين والفرنسيين على قدم المساواة ولأول مرة حصل على بطولة العالم الفردية فى سلاح الشيش لعام ١٩٥٥ لاعب مجرى يدعى (جوراترا) ومنذ هذا العام رأت الدول أن هذا الجهاز له امتيازات كثيرة فى تحديد اللمس الصحيحة فعلا وأخذت به جميع الدول واعتمد فى الاتحاد الدولى للسلاح كجهاز صالح لتسجيل اللمس دوليا فى كل البطولات وأصبحت لا تقام البطولات بدونهُ ، ونتيجة لظهور هذا الجهاز تغيرت فنون اللمس من حيث التوقيت الادق المناسب لآدائها إذ أنه أصبح من الأفضل أن يواجه اللاعب ذبابة السيف مباشرة نحو الهدف دون ضرورة لانشاء نصل السيف على الجسم حتى تظهر اللمس بوضوح التى كانت غالبا ما تؤدى بدون سن السيف بالضبط ، ونستطيع الآن أن نقول أن دول المجر وانجلترا وبولندا وروسيا تستطيع الدخول فى منافسة شديدة مع الايطاليين والفرنسيين وبالفعل فلقد حصلت هذه الدول على المراكز الأولى فى البطولات الحديثة منذ استخدام الجهاز الكهربائى فى البطولات .

والسلاح الوحيد الذى مازال القيام بتحكيمة فى يد الانسان أثناء المبارزة هو سلاح السيف ويجرى البحث الآن عن اختراع جهاز كهربائى

خاص به حيث أن طريقة اللمس الخاصة به تختلف عن طريقة اللمس فى السلاحين الآخرين ، وعندما يصلون الى اعداد مثل هذا الجهاز فسوف تحدث تغيرات كثيرة فى المبارزة بهذا السلاح وبدلا من يتركز الالتمياز فى يد دولة واحدة أو اثنتين فقط ينتقل ويصبح فى يد خمس أو ست دول •

هذا أحد جوانب تاريخ المبارزة فقط حيث أن هذا التاريخ يتسع لجلدات كثيرة ومطولة ذلك أنه يمكن القول بأنه أحد العناصر التاريخية القديمة قدم الحياة نفسها •

### نبذة عن تاريخ المبارزة فى الشرق العربى :

كان العرب فى عصر الجاهلية الذى سبق بذوغ شمس الاسلام بوجهون اهتماما كبيرا الى اجادة فنون النزال والمقارعة والمبارزة بالسيف والحراب والنبال حيث أنها كانت وسيلتهم فى الدفاع عن النفس، وذلك بتدريب وتعليم رجال وشباب القبائل العربية فى هذا الوقت منذ نعومة أظافرهم على اجادة فنون المبارزة والفروسية للدفاع عن كيانهم ضد المغيرين من أعدائهم ، وفى الوقت نفسه كانت نهضة الادب فى أوج ازدهارها فتغنى الشعراء وتباهوا وتنافسوا فى اظهار فروسياتهم وقوتهم وحدة أسلحتهم ودقة صنعها بالنثر أحيانا وبنظم القصائد الشعرية غالبا.

وبعد ظهور الاسلام عمد المسلمون الى التوسع فى نشر المبارزة واجادتها وتطوير أساليبها بينهم للدفاع عن دين الحق ونشر الرسالة المحمدية ، وبفضل الفرسان العرب واجادتهم لفنون الفروسية والمبارزة استطاعوا قهر جيوش دولة الفرس ودولة الروم فى ذلك الوقت مما يوضح ارتفاع مستواها واتقانهم لها • وظلت المبارزة والنزال بالدرع

والسيف هي العماد الرئيسي في المعارك التي دارت في هذه الحقبة من التاريخ ، والتي لعبت دورا هاما ورئيسيا ظهرت آثارها واضحة في تغيير مجرى التاريخ في هذه المنطقة .

هذه نبذة قصيرة عن تاريخ المبارزة في الشرق العربي توضح لنا أن أرضنا الحبيبة كانت مهدا لفنون المبارزة وأصلها العمريق وتؤكد انشائها بين أبنائها وارتفاع مستواها القتالي والفني في فترة تاريخية عزيزة على قلب كل عربي .

### نبذة عن تاريخ المبارزة في جمهورية مصر العربية :

بدأت ممارسة المبارزة كنشاط رياضي في جمهورية مصر العربية في أواخر القرن التاسع عشر الميلادي ، عندما تأسس نادي السلاح المصري عام 1891م في الدور الاول لاحدى العمارات بالقاهرة . وكان به عدد قليل يمارسون المبارزة تحت اشراف مدرب السلاح «كونستانتى سالون» ، وبعد أقل من 8 سنوات انتقل النادي الى مقره الحالى بحديقة الازبكية عام 1899 م وقامت بانشائه وزارة الاشغال العمومية في ذلك الوقت وضم شخصيات رياضية كبيرة ، وفى عام 1936م تم توسيعه بانشاء منشآت مكتملة له ، وفى عام 1939 أطلق عليه اسم نادي السلاح والرمائية . فكان هذا النادي أول مدرسة للسلاح في جمهورية مصر العربية ، وبعد أن تقاعد الاستاذ المدرب «سالون» حل مكانه الاستاذ «لويس رينو» الذى يرجع اليه الفضل الاول فى نشر رياضة المبارزة بين صفوف المصريين وتكوين الفريق الاهلى المصرى الذى انبثق عن مجموعة كبيرة من شباب المدارس والجامعات . وفى سبتمبر 1936 م توفى «لويس رينو» وحل مكانه مساعده الاستاذ «لويس بروتست» الذى استطاع تكملة العمل العظيم الذى بدأه سلفه .

وبعد انتهاء الحرب العالمية الثانية ، وفى عام ١٩٤٧م ، أشرف على التدريب بالنادى أحد أبطال فرنسا فى المبارزة الاستاذ «دى بارون» . وكان يشغل منصب المدير الفنى لقسم رياضة السلاح فى المعهد الاهلى للرياضة بفرنسا — وعلى يديه تقدم لاعبونا تقدما كبيرا ووصلوا الى المستوى الدولى الذى مكنتهم من الوقوف على قدم المساواة مع المستويات الدولية فى هذه الرياضة ، من بينهم اللاعب الدولى الدكتور حسن توفيق الذى كان يشغل منصب رئيس الاتحاد المصرى للسلاح ، والسيد محمود يونس اللاعب الدولى والحكم الدولى فى هذه الرياضة، والسيد صلاح دسوقى والسيدان فتح الله عبد الرحمن وأحمد فرج أبو شادى ولايغيب عن ذهننا بطلنا الدولى الشهيد عثمان عبد الحفيظ الذى استشهد فى حادث الطائرة المشؤوم عام ١٩٥٨م مع فريق مصر الاهلى أثناء توجههم للاشتراك فى بطولة العالم لهذا العام والذى كان يضم خيرة شباب مصر وأبطالها فى هذه الفترة من الزمن .

وفى عام ١٩٤٩ احتفل الاتحاد المصرى للسلاح ونادى السلاح المصرى بعيده الخمسين باقامة بطولة العالم للسلاح لهذا العام بالقاهرة ووقفوا ندا عنيدا لابطال العالم فى ذلك الوقت وأحرز الفريق المصرى المركز الثالث بعد فرنسا وإيطاليا وهما الدولتان اللتان لا ينافسهما أحد فى هذه الرياضة فى تلك الفترة من الزمن .

وأنا اذا ما تكلمنا عن السلاح فى وطننا فلا بد أن يقودنا الحديث لنذكر بالفخر والتمجيد أبطالنا الذين فقدناهم فى غمضة عين وهم فى طريقهم لتمثيل بلادهم فى بطولة العالم للسلاح هذا العام وانتزاع المجد والشرف لها ، فى حادث الطائرة المشؤوم فى ١٣ اغسطس عام ١٩٥٨م وسقوطها فى المحيط الاطلنطى وهم فى طريقهم الى أمريكا مقرر اقامة

هذه البطولة فى ذلك العام ، واستشهدوا وهم أنصر شبابا وأصلب  
عودا فى سبيل رفعة شأن وطنهم ووطننا الحبيب ، نذكرهم بالفخر  
والترحم على أرواحهم الطاهرة وهم المرحوم الاستاذ عثمان عبدالحفيظ  
البطل الدولى ورئيس البعثة ، والدكتور محمد على رياض والمهندس  
م. أ حسن أحمد رشاد والسيد أحمد اسماعيل صبرى والسيد فتحى  
الاشقر والملازم أول عبد المنعم الحسينى - ستبقى ذكر هؤلاء الأبطال  
عاطرة نقية وستظل وجوههم تنتظر من وراء الغيب وتبارك الأشبـال  
الجدد وستدفعهم مثلهم العليا الى الاقتداء بهم وتكملة رسالتهم •

ولكن تلك النكبة الفادحة لم تصرف الاتحاد المصرى للسلاح عن  
واجبه الكبير فى اعداد صفوف من اللاعبين يتمون الرسالة ويحملون  
العبء لتمثل مصر فى المحافل الدولية واحراز البطولات فيها •



## الباب الأول

— طبيعة المباراة وما هيتهـا

— مميزات وصفات لاعب المباراة •



# الباب الأول

فكرة عن طبيعة المبارزة وما هيئتها :

ان المبارزة بالسيف ما هي الا قتال بين فردين ، يتم بصفة فردية بحثة بينهما ، كما تعتبر المبارزة من أقدم وسائل القتال بين الجيوش المتحاربة - ولا يغيب عن بالنا جميعا من خلال قراءتنا للكتب المؤرخة لتاريخ العالم منذ أيام الفراعنة والاسكندر الاكبر والرومان والعرب حتى عهود القرون الوسطى والى عهد قريب لا يتجاوز قرنان من الزمان أو أكثر قليلا أن هذا القتال كان يتم أساسا بين الافراد كل ضد الآخر، حيث أن طبيعة المبارزة بالسيف ، هي أن ينازل فرد بصفة فردية آخرا ويقارعه الضربات ويكر عليه الهجمات ويفر منه بغرض الدفاع وحماية نفسه بضربات مغايرة ومضادة تقيه شر الاصابة ، وهكذا كرا وفرا مهاجما أحيانا ومدافعا أحيانا أخرى حتى ينال أحدهما من الآخر مقتلا أو اصابة معجزة تحدد من المنتصر ومن المهزوم •

هذه الصورة التي كان القتال يتم على أساسها بالسيف قديما هي نفس الصورة التي تمارس بها المبارزة حاليا الى حد كبير كأحد مظاهر النشاط الرياضى ، كرياضة بدنية وعقلية لها أهدافها الرياضية والاجتماعية والنفسية والتربوية ، وهنا يمكن القول بأن المبارزة الحديثة، كتوع من الرياضة البدنية ، قد انبثقت وتولدت عن المبارزة القديمة، بعد أن مرت بعدة تطورات وصلت بها الى الوضع الحالى حيث تمارس تحت قوانين معينة وقواعد تنظيمية خاصة تحكم المنازلة بين الخصمين

المتبارزين ، دون تدخل أو مساعدة من أحد أثناء اللعب سوى آداب هذه الرياضة العريقة من نبل وشرف وأمانة ، أو من يقوم بالتحكيم بينهما طبقا للقواعد المنصوص عليها فى القانون الدولى للسلاح •

مما سبق نستطيع أن نقول أن طبيعة المبارزة بالسيف ، عبارة عن نزال شريف بين فردين كل منهما ضد الآخر ، ولا أحد غيرهما، بالمواجهة الامامية بسيفهما ، يتبادلان بهما الكر والفر والهجوم والدفاع كل يحاول أن يلامس بالضغط والوخز بمقدمة سيفه الهدف المحدد قانونا على سطح جسم الخصم ، على أن يتم ذلك داخل حدود ميدان اللعب المحدد قانونا، بفرض تسجيل العدد القانونى من اللمسات ضد الخصم أولا ، وقبل أن يسجلها هو عليه والتي على أساسها يتحدد من المنتصر ومن المهزوم ، على أن يتم ذلك من خلال حركات هجومية معينة وأوضاع دفاعية مناسبة، محددة أيضا قانونا وعرفا وتقليدا ، يقوم بها كل لاعب ضد خصمه •

وأخيرا ، أرجو أن أكون وفقت واستطعت ، توضيح طبيعة المبارزة وأسلوب تطبيقها عمليا للقارئ، فى هذه الفقرات الموجزة ، بما يجعله مستوعبا ومتفهما للفكرة الاولى عن هذه الرياضة •

### مميزات وصفات لاعب المبارزة

من المعروف أن كل رياضة بدنية ، تحتاج ممن يمارسها أن تتوافر لديه صفات وعوامل بدنية معينة يكون لها الاولوية والافضلية بالدرجة الاولى على ما عداها من عوامل بدنية أخرى تتوافق مع طبيعة هذه الرياضة وتناسبها ، وتجعل ممارستها أكثر فعالية وانتاجية بما يعود على اللاعب بالنتائج التى يرجو تحقيقها أثناء المنافسة ، ذلك أنه منطقيا وبديها - أن الرياضة البدنية المطلوب ممارستها فترة زمنية طويلة،

مثل ذلك سباحة المسافات الطويلة التي تحتاج الى قدر كبير من التحمل العضلى والتحمل الدورى التنفسى بالدرجة الاولى حتى يستطيع اللاعب اكمال السباق حتى نهايته بكفاءة عالية وفعالية أكبر ، وليس معنى ذلك اهمال العوامل البدنية الاخرى ، بل تعتبر بقية العوامل الاخرى عوامل مساعدة بدرجات متفاوتة تحدد طبقا لطبيعة وخاصة النشاط الممارس، كى يتم تحقيق ما هو مطلوب من نتائج ايجابية فعالة . ذلك أنه بالنسبة لكل نشاط رياضى بدنى ، نجد أن منها ما يحتاج الى عنصر أو عامل القوة العضلية وآخر ما يحتاج الى عامل السرعة بالدرجة الاولى وهكذا . . . الى آخره .

وفى رياضة المبارزة – وهى مجال الحديث هنا – ينطبق عليها هذا المفهوم الهام أيضا ، فهى تحتاج ممن يمارسونها الى صفات بدنية معينة يكون لها الاولوية والافضلية بصفة رئيسية على ما عداها من العوامل البدنية الاخرى حيث تأتى أهميتها بعد ذلك بدرجات متفاوتة ، تعمل على المساعدة فى تحقيق أفضل النتائج وهذه العوامل الرئيسية يجب ضرورة توافرها لدى المبارز بصفة أولية أساسية .

وقبل أن نتعرض الى تلك العوامل التى لها صفة الاولوية والافضلية من حيث ضرورة توافرها لدى المبارز وتحديدتها من حيث ترتيب أهمية كل منها بالنسبة للمبارزة . يجدر بنا أولا ، التعرض الى ما وصل اليه الباحثون والمفكرون من تحليل وتحديد لعناصر وعوامل اللياقة ككل،حتى يصبح حديثنا بعد ذلك عن عناصر لياقة المبارز التى يجب أن يتصف بها مبنيا على أسس دراسية سليمة .

فبعد أن اتفق واختلف الكثير من الباحثين فى تعريف وتحديد عوامل وعناصر اللياقة لـدى الجنس البشرى ، والتي وصلت الى ٧٠ عنصرا فى بعض الدراسات ، أمكن حصرها وتحديدها تحت عشرة صفات هي :

- ١ - القوة العضلية •
- ٢ - التحمل العضلى •
- ٣ - التحمل الدورى التنفسى •
- ٤ - القدرة العضلية •
- ٥ - السرعة •
- ٦ - المرونة •
- ٧ - الدقة فى أداء الحركة •
- ٨ - الرشاقة •
- ٩ - التوافق ذراع/عين •
- ١٠ - التوافق قدم/عين •

وتعتبر الدراسة التى قام بها هاريسون كلارك فى هذا المجال، والتي جاءت فى الواقع بمثابة تنظيم منسق ودقيق لتلك الصفات والعوامل ، أبعدت الكثير من الخلط والشكوك الذى تناولته الدراسات السابقة • فقام بتقسيم هذه العوامل الى ثلاث مجموعات ، تضمنت كل مجموعة منها عدة عوامل على الوجه التالى :

( أ ) اللياقة البدنية وتشمل :

- ١ - القوة العضلية •

- ٢ - التحمل العضلى .
- ٣ - التحمل الدورى التنفسى .

(ب) اللياقة الحركية : وتشمل عوامل اللياقة البدنية مضافا اليها :

- ١ - القدرة العضلية .
- ٢ - الرشاقة .
- ٣ - السرعة .
- ٤ - المرونة .

(ج) القدرة الحركية العامة ، وتتضمن عوامل اللياقة الحركية مضافا اليها :

- ١ - توافق قدم/عين .
- ٢ - توافق ذراع/عين .

مما سبق يظهر بوضوح أنه ليس هناك فصل قاطع بين مكونات اللياقة فى كل من المجموعات الثلاث حيث أن الارتباط والتداخل بين مكونات كل منها واضحا كل الوضوح ولا غنى عن عنصر منها عن العنصر الآخر حيث أن الجميع فى آخر الامر يكونون القدرة الحركية العامة للفرد بدرجة كفاءة عالية ، وهو المراد توافره وتواجده لتحقيق اللياقة الكاملة .

ونعود الى مجال الحديث عن المبارزة بعد أن تم سرد وتوضيح عوامل اللياقة البدنية والحركية ، لنرى أى من تلك العوامل تحتل مكان الصدارة والاولوية والتي يجب أن يتصف بها المبارز فى رياضة المبارزة طبقا لطبيعة ممارستها وهى :

## أولا : السرعة: ويقصد بها هنا سرعة الأداء

ان طبيعة المبارزة والتي تتم بين فردين كل منهما فى مواجهة الآخر يتبادلان أداء المهارات الهجومية والدفاعية الخاصة بالمبارزة فى كر وفر فى محاولة لان يسبق أحدهما الآخر فى لمسة بذبابة سيفه مستخدما احدى المهارات الهجومية الخاصة بالمبارزة بأداء سريع يتغلب به على سرعة أداء خصمه لمهارته الدفاعية محققا نظرية أن الاسرع هو الافضل وهو الاسبق فى تسجيل اللمسة دائما ، بمعنى أن اللاعب الذى يتميز بالآداء السريع للمهارة المستخدمة عن خصمه يكون له السبق دائما فى التسجيل لصالحه وبالتالي تصبح فرصة الفوز على خصمه الى جانبه تلك هى طبيعة المبارزة الاساسية ، ومن هذا يتضح جليا أهمية عامل سرعة الأداء للمهارة فى المبارزة كعامل أولى وأساسى يجب أن يتميز به اللاعب ، ذلك أنه كلما كان اللاعب لدية سرعة أداء حركى للمهارة المستخدمة كلما كانت فرصة تسجيل اللمسة سانحة ومحققة وكلما كان بطيئا من حيث الأداء ، كلما أعطى الفرصة للخصم للدفاع بسهولة وتجنب الاصابة باللمسة أو الهروب من أن ينال منه سيف الخصم ، ذلك علاوة على أن القانون الخاص بالمبارزة يقف دائما مع اللاعب الاسرع والاسبق فى تسجيل اللمسة كتقاعدة أساسية حاسمة من بين قواعد القانون الدولى للسلاح مما يوضح للمرة الثانية الاهمية القصوى لعامل السرعة فى الأداء كصفة لها الاولوية والافضلية وتوضع فى المرتبة الاولى من بين عوامل اللياقة الحركية بالنسبة لرياضة المبارزة .

## ثانيا : الدقة

المقصود بالدقة هنا هو دقة الأداء الحركى للمهارة المستخدمة فى المبارزة كعنصر أول ، ودرجة دقة تصويب ذبابة السيف كعنصر ثان نحو

الهدف المحدد على سطح جسم الخصم ، يبنى ويترتب على العنصر الاول ، ذلك أن دقة الأداء الحركى ودرجة دقة التصويب وثيقتا الصلة ببعضهما البعض ، وكل منهما تكمل الاخرى ، من حيث أن درجة دقة التصويب السديد ، تعتبر مؤشرا جيدا لدقة الأداء الحركى الناجح والسليم ، وتميز بين الأداء الحركى الجيد والأداء الغير جيد . بمعنى أنه كلما كان الاداء الحركى للمهارة المستخدمة دقيقا من حيث المجال المكائى له والمجال الزمنى الذى يستغرقه ، كلما كانت درجة دقة التصويب لذباة السيف أدق ، وبالتالي يتم تحقيق النتيجة المطلوبة والمرجوة من استخدام المهارة ، ألا وهى تسجيل اللمسة ضد الخصم . أما اذا كان الأداء الحركى غير جيد وغير سليم ولا يلتزم بالمكان والاتجاه والزمان المناسب له ، فان درجة دقة التصويب تقل الى حد كبير .

مما سبق نستطيع القول بعبارات وجيزة ، أن ارتفاع مستوى دقة الأداء الحركى يتناسب طرديا مع درجة دقة التصويب ، وبعبارة أخرى، أنه كلما ارتفعت درجة دقة التصويب ، كلما دل ذلك على ارتفاع مستوى الأداء الحركى والمهارى لحركة المبارزة المستخدمة ، أى أن تقدير درجة دقة التصويب والتسجيل فى المبارزة انما تعبر وتدل على أداء حركى مهارى متميز ، ذلك أنه ما لم يتم تسجيل اللمسة ، كان ذلك تعبيراً عن أن الأداء الحركى المهارى لم يكن بالدقة اللازمة والمستوى المطلوب ، نظرا لعدم تحقيقه للهدف المنشود منه .

وهنا يجب أن نعلم أنه ما لم يتسم الأداء الحركى المهارى بعنصره، دقة الأداء الحركى ، ودقة التصويب ، بسرعة أداء عالية ، أدى ذلك فى أغلب الاحيان الى الفشل فى تحقيق الهدف ، نتيجة لعدم التفوق على

سرعة ودقة أداء الخصم الدفاعية : وعلى ذلك فان المهارة المستخدمة يجب أن تتصف دائما بسرعة الأداء الحركى وبالتالي بدقة هذا الأداء ودرجة دقة التصويب العالية .

### ثالثا : التوافق

يقع عامل التوافق فى المرتبة الثالثة من بين الصفات التى يجب أن يتميز بها لاعب المبارزة ، حيث تعتمد هذه الصفة على مدى سلامة واتفاق العمل بين كل من الجهاز العضى والجهاز العصبى ، ويشتمل هذا العامل على عنصرين :

- أ ) توافق ذراع/عين .
- ب ) توافق قدم/عين .

وهذا العامل من عوامل القدرة الحركية العامة ، له أهميته الكبيرة فى المبارزة — يلى عاملى سرعة الأداء ودقة الأداء الحركى ودرجته — ذلك أن مهارات المبارزة من حيث الأداء الحركى المهارى تؤدى على أساس الحالتين التاليتين :

- ١ — توافق بين الذراع المسلحة والعين .
- ٢ — توافق بين كل من الذراع المسلحة والقدم معا وبين العين .

ذلك أن لاعب المبارزة يحدد أولا بالعين الهدف أو جزءا منه، يلى ذلك استخدامه لذراعه المسلحة فقط فى أداء إحدى مهارات المبارزة ضد الخصم أو لذراعه المسلحة وقدمه الامامية معا ، أى أن العين تشترك اشتراكا أساسيا وفعليا فى كل من الحالتين المذكورتين ، غير أنه فى الحالة الثانية يجب أن تعمل كل من الذراع المسلحة والقدم فى توافق تام بينهما أيضا

بدرجة كفاءة عالية ومن جانب آخر بينهما وبين العين حتى تستكمل دائرة العمل بينهم وتؤدي المهارة الحركية من حيث الأداء الحركي المهارى فى توافق واتساق تام لى تتحقق النتيجة المرجوة من الأداء الحركى لها .  
ويجب العلم بأن هذا التوافق ، لن تكون له قيمة تذكر من حيث فعاليته كأداء حركى ومهارى ما لم يؤدي بسرعة أداء وبدرجة دقة مناسبة أولاً .

### رابعاً : القوة العضلية المميزة بالسرعة

ان القوة المميزة بالسرعة هى فى الواقع احدى أنواع القوة العضلية أوضحتها مجالات دراسة التحليل الحركى ، وتعرف بأنها عبارة عن قدرة انطلاقية قصيرة يتحقق عن طريقها عمل اندفاعى واحد فى أقل زمن ممكن ، يبذل الفرد خلاله أقصى جهد دون الاستمرار أو تكرار أداء الجهد ، وفى تعريف آخر لهذا العامل ، هو عبارة عن القدرة على انتاج الحد الاقصى للطاقة فى عمل انطلاقى أو اندفاعى واحد .

ونحن اذا ما نظرنا الى طبيعة الأداء المهارى الحركى فى المبارزة، نجد أن أسلوب هذا الأداء فى كثير من مهارات المبارزة ، يعتمد على حد كبير على سرعة الانقضاض نحو الخصم بشكل مفاجئ ومباغت ، وهذا الانقضاض ، يتطلب قوة عضلية تنطلق دفعة واحدة بأقصى جهد فى فترة زمنية وجيزة . والواقع أن هذا ما تحتاجه طبيعة المبارزة ، حيث يجب أن تتصف حركات ومهارات المبارزة بهاتين الصفتين الحاسمتين وهما : السرعة والقوة ، ذلك أن السرعة هنا تخدم الأداء الحركى وتعطيه الفعالية المطلوبة — والمقصود بها ، القوة الانطلاقية — فتعمل على خدمة سرعة الأداء ، ومعنى هذا أن كلا من القوة والسرعة — كمحصلة — تخدمان وبالتالي تؤديان الى الأداء الحركى السليم والفعال وذلك هو المطلوب تحقيقه من أن يصبح الأداء المهارى للحركة المستخدمة ذو انتاجية عالية وفعالية مؤثرة .

ويمكن لنا بناء على هذا التأثير المتبادل بين هذين العاملين – القوة  
والسرعة – والعلاقة الوثيقة بينهما من حيث الناحية الحركية ، أن نخرج  
بالمعادلة التالية :

قوة انطلاقية ← سرعة حركة = أداء مهاري حركي مؤثر وفعال •  
بمعنى أن القوة الانطلاقية المناسبة التي تؤدي الى سرعة حركية موجهة ،  
ينتج لنا أداء مهاري حركي سليم وفعال ، يمكن أن نصفه بالاتقان •

مما سبق ، يتضح لنا أهمية الدور الذي تلعبه كل من هاتين الصفتين  
– القوة والسرعة – فى رياضة المبارزة ، من حيث ضرورة توافرها  
لدى المبارز ، حتى يصبح آدائه لمهارات المبارزة الفعالية اللازمة  
والانتاجية المطلوبة •

من ذلك نستطيع أن نقول أن هذه العوامل الاربعة من عوامل القدرة  
الحركية العامة ، مرتبة حسب ترتيب الاهمية ، يجب أن يتصف بها  
لاعب المبارزة بصفة أولية وأساسية وهى : السرعة والدقة والتوافق  
والقوة المميزة بالسرعة • وعليه أن يعمل دائما على تحسينها وتنميتها  
بالتدريب المستمر ، ووضعها موضع الاعتبار والعناية •

أما بقية عوامل اللياقة الحركية الاخرى فتأتى – تقريبا – على  
مستوى واحد من الاهمية فى المبارزة ، وليس معنى ذلك أن تهمل ، بل  
يجب الاهتمام بها والعمل على تنميتها ، حتى يمكن للمبارز أن يستكمل  
عوامل لياقته البدنية والحركية ، كى يصبح مبارزا متكاملًا ، غير أنه  
يمكن أن توضع هذه العوامل مرتبة طبقا لترتيب أهميتها ، بالرغم من  
وقوفها على مستوى واحد من الاهمية ، وذلك على الوجه التالى :

## ١ - التحمل الدورى التنفسى

وذلك حتى يمكن للجهازين الدورى والتنفسى التكيف من أجل مواجهة النشاط البدنى المتزايد أثناء منافسات المبارزة التى قد تستغرق فترات طويلة .

## ٢ - التحمل العضلى

يعنى هذا أن تكون لدى المبارز القدرة على بذل القوة العضلية المطلوبة عند الأداء الحركى المهارى أطول فترة ممكنة والاستمرارية دون ظهور حالة التعب .

## ٣ - المرونة

يجب أن يتصف المبارز أيضا بالمرونة ، حيث أنها أحد العوامل الحركية الاساسية الضرورية من أجل كفاءة الأداء الحركى المهارى، ذلك أن المرونة الطبيعية والمتناسبة مع نوع النشاط تساعد على الاقتصاد فى الطاقة وتعطى الفرصة للمبارز فى أداء الحركة المطلوبة بكفاءة عالية دون جهد كبير .

## ٤ - الرشاقة

ذلك أنه من المطلوب أن يتصف المبارز بالقدرة على أداء تحركات القدمين وحركات السيف المتتابعة ، فى توافق تام وسرعة مناسبة واتزان كامل مع بعضهما البعض حتى لا تعوق احدهما الاخرى عن الحركة فى الوقت والمكان المناسبين ، ودون أن تؤثر كل منها فى سرعة أداء ما قبلها وما بعدها من حركات ومهارات المبارزة ، بحيث ننتم فى انسيابية هائلة دون أن تفقد دقة آدائها وتوقيتها الزمنى المناسب .

تتطلب رياضة المبارزة بصفة عامة من المبارز ألا يكون معرضا لان يفقد توازنه العام أثناء المبارزة ، حتى لا يكون ذلك مؤثرا ومعوفا لانسيابية الحركات المستخدمة المتتابعة من جانب المبارز نفسه من ناحية، وبين الحركات المتبادلة مع الخصم من ناحية أخرى ، وبالتالي على حسن آدائها ودقة توجيهها فى الاتجاه المناسب والمطلوب . ويعنى ذلك أنه يجب أن تتوفر لدى لاعب المبارزة القدرة على التحكم فى الجهاز العصبى المركزى مع الجهاز العضلى . وتكتسب هذه الصفة بمواصلة التدريب المنتظم ، حتى يصبح الأداء أليا وسهلا وذلك باستمرار التدريب عليه . والواقع أن هذا العامل يعتمد كثيرا على عناصر الرشاقة والقوة والتوافق

## ٦ - القدرة العضلية

والواقع وفى الحقيقة أن القدرة العضلية ما هى الا محصلة حاصل ضرب القوة فى السرعة ، ومن ذلك نستطيع أن نقول أنه كلما توفرت لدى اللاعب القوة العضلية وسرعة الأداء اللازمتين ، كلما دل ذلك على ارتفاع مستوى القدرة لديه ، بمعنى أنه يجب على المبارز أن يتميز بدرجة كبيرة من تكامل هذين العاملين مع بعضهما البعض (القوة والسرعة) وهما قد سبق الحديث عنهما ، كعوامل أساسية أولية هامة، يجب أن يتصف بها المبارز حتى يكون لاعبا ممتازا على درجة عالية من اللياقة والكفاية .

ومن الناحية الاخرى ؛ فالى جانب الصفات البدنية وعوامل القدرة الحركية والمهارية ، التى يجب أن تتوافر لدى المبارز ، فهناك بعض النصفات الذكائية والعقلية والوجدانية ، يجب توافرها لديه ، شأنها فى ذلك شأن الانشطة الرياضية الاخرى ، حيث أن ممارسة الرياضة البدنية بصورها المختلفة ، ليست ممارسة بدنية فقط ، بل هى ممارسة عقلية ووجدانية أيضا الى درجة قد تصل الى المستوى البدنى ، وتقف معه على قدم المساواة .

## الباب الثاني

- المواصفات الشاملة لانواع الاسلحة الثلاثة •
- الاهداف الخاصة بأنواع الاسلحة الثلاثة وحدود كل منها •
- مواصفات ميدان اللعب (الحلبة)
- ملابس ومهمات المباراة •



## الباب الثانى

مواصفات أنواع الاسلحة الثلاثة

(شيش — سيف مبارزة — سيف)

هناك ثلاثة أنواع من أسلحة المبارزة هي :

١ — سلاح الشيش

٢ — سلاح سيف المبارزة

٣ — سلاح السيف

قبل أن ننتقل الى الحديث عن كل نوع من الاسلحة الثلاثة ونوضح بالتحديد الاختلافات بين كل منها بالنسبة للآخر ، يجب القول بأنه بالرغم من وجود هذه الاختلافات الا أنها تتحد فى الوصف الشامل لاجزاء السلاح التى تتكون أساسا من مجموعتين رئيسيتين هما :

أ ( النصل

ب) مجموعة المقبض :

أ ( النصل

وهو عبارة عن الجزء المعدنى المصنوع من الصلب المرن وخاصة عند المقدمة مع انعدام هذه المرونة عند المؤخرة ، أما بالنسبة للمقطع العرضى له فيختلف فى الشكل بين كل سلاح وآخر فنجد المقطع المربع كما فى

سلاح الشيش والمقطع المثلث كما فى سلاح سيف المبارزة والمقطع  
المستطيل نوعا كما فى سلاح السيف .

وينقسم النصل من الناحية الفنية وفى أوجه الاستخدام الى ثلاثة  
أجزاء :

### ١ - الجزء الضعيف :

وهو عبارة عن الثلث العلوى للنصل الذى يحتوى طرفه البعيد عند  
المقدمة على ذبابة التسجيل العادية أو الكهربائية التى تسجل  
بها عن طريق الضغط للامسات ضد الخصم . ويتميز هذا الجزء بالمرونة  
أكثر من بقية النصل نظرا لاستخدامه فى الهجوم ، ذلك أن طرفه هو  
الذى يصطدم عند اللمس دائما لجسم الخصم حتى لا يشكل ضرا عليه

### ٢ - الجزء المتوسط :

عبارة عن ثلث النصل الاوسط الذى يتوسط الجزء الضعيف والجزء  
القوى وهو أقل مرونة وأكثر سمكا من الجزء الضعيف وأوجه استخدامه  
تشمل حركات الالتحام وتغية الالتحام وآداء الحركات الاعدادية  
للهجوم وكذلك فى آداء حركات الدفاع المبكرة .

### ٣ - الجزء القوى :

عبارة عن الثلث الاخير من النصل القريب من الواقى وهو أكثر  
الاجزاء سمكا وأكثرها صلابة حيث لا توجد به مرونة ما ، أما وجه  
استخدامه فتشمل آداء حركات الدفاع وتثبيت نصل سلاح المنافس عند  
السيطرة عليه فى الاعداد للهجوم وخاصة المسكات العضلية .

## ب ) مجموعة القبض

المقبض هو المنطقة أو الجزء الذى منه يستطيع اللاعب أن يمسك بالسلاح ككل ويثبته داخل قبضة يده بواسطة سلاميات أصابعه الخمسة .

وتتكون مجموعة القبض من عدة أجزاء هي – الواقى ، وسادة الواقى ، والقبضة الخشبية – صامولة الربط .

### الواقى ووسادة الواقى :

غالبا ما يصنع الواقى من مادة الالومنيوم السميقة الصلبة . أما شكل الواقى وحجمه فيختلف من سلاح لآخر كما هو موضح فى الرسم الخاص بكل سلاح فيما بعد . وتثبت الوسادة بمساعدة القبض الخشبي خلف السطح الخلفى للواقى لحماية أصابع ويد اللاعب من الاحتكاك بالسطح الخلفى المعدنى فى أثناء المبارزة ، وتصنع هذه الوسادة اما من المقاش السميك أو الجلد اللين أو اللباد .

أما الغرض من الواقى ذاته فهو حماية يد اللاعب كما يستخدم مع الجزء القوى من النصل فى السيطرة على نصل سلاح المنافس عند استخدام المسكات النصلية ، وأخيرا فى حالة الدفاع وإغلاق الوضع الذى يتم فيه الدفاع مع الالتحام مع نصل المنافس .

### ٢ – القبضة الخشبية :

عبارة عن قطعة خشبية مربعة المقطع كما فى سلاحى الثيش وسيف المبارزة ومستديرة كما فى سلاح السيف ، وهذه القطعة مجسوفة من الداخل لتسمح بادخال مؤخرة النصل ليتم الاتصال والربط بين جزأى

السلاح (النصل - المقبض) . وهى الجزء أو المنطقة التى يمسك منها اللاعب لسلاحه باحكام ورشاقة أثناء المنازلة ؛ ويحرك نصل السلاح منهما كمركز عام فى الاتجاهات المختلفة وفى اتخاذ الاوضاع الخاصة بالمبارزة .

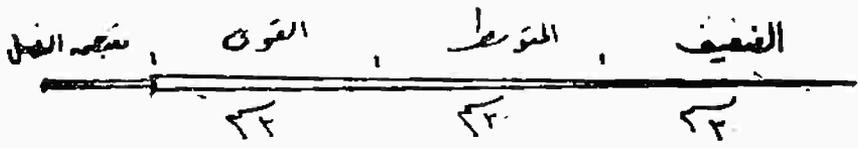
### ٣ - صامولة الربط :

وهى عبارة عن جزء معدنى وغالبا ما يكون مستدير الشكل وتستخدم فى ربط أجزاء السلاح المختلفة بعضها ببعض ليصبح السلاح كله قطعة واحدة فى يد اللاعب ، وعلاوة على ذلك فان للصامولة فائدة كبيرة فى ايجاد التوازن ما بين ثقل النصل والواقى والقبضة الخشبية وقبضة يد اللاعب .

بعد هذا الحديث فلنبداً حديثاً آخر يعتبر مكمل له وهو تحديد مواصفات وصفات كل نوع من أنواع الاسلحة الثلاثة وسرد الاختلافات بينها .

### ١ - سلاح الشيش :

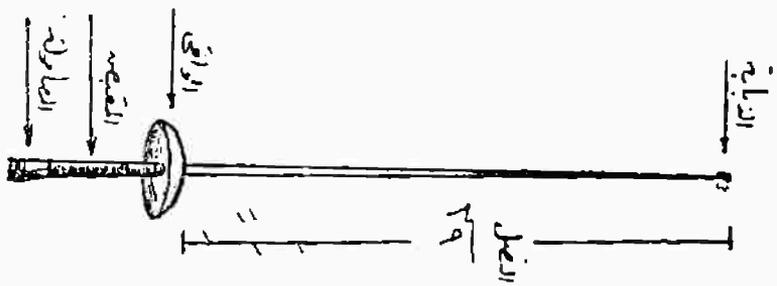
يتميز هذا السلاح بالمرونة فى النصف العلوى من النصل وخاصة فى مقدمته التى توجد عند نهاية طـرفها ذبابة التسجيل العادية أو الكهربائية ، وهذا النصل يصنع من الصلب المرن الذى يأخذ فى الانسياب التدريجى من حيث تخانته من الجزء القـوى - الأكثر سمكا - حتى نهايته عند الذبابة - الأقل سمكا . أما المقطع العرضى للنصل فهو أما رباعى المقطع كما فى سلاح الشيش الفرنسى أو مستطيل المقطع كما فى نصل الشيش الايطالى .



(شكل ١) نصل سلاح الشيش

المواصفات العامة لسلاح الشيش هي :

- ١ - الطول الكلى للسلاح ابتداء من الصامولة حتى الذبابة ١١٠ سم .
- ٢ - الوزن الكلى للسلاح يجب ألا يزيد عن ٥٠٠ جم .
- ٣ - لا يزيد طول النصل الظاهر أمام الواقى وحتى الذبابة عن ٩٠ سم .
- ٤ - لا يزيد قطر واقى السلاح عن ١٢ سم .
- ٥ - المقبض وصامولة الربط لا يتعدى طولهما بعد التركيب حدود ٢٠ سم .
- ٦ - مواصفات الذبابة الكرهائية (ينظر إليها فى القانون الدولى للسلاح) (مادة ٢٢١ ، ٧١٩) .



(شكل ٢) سلاح الشيش العادى



(شكل ٣) سلاح الشيش الكهربائى والذبابية

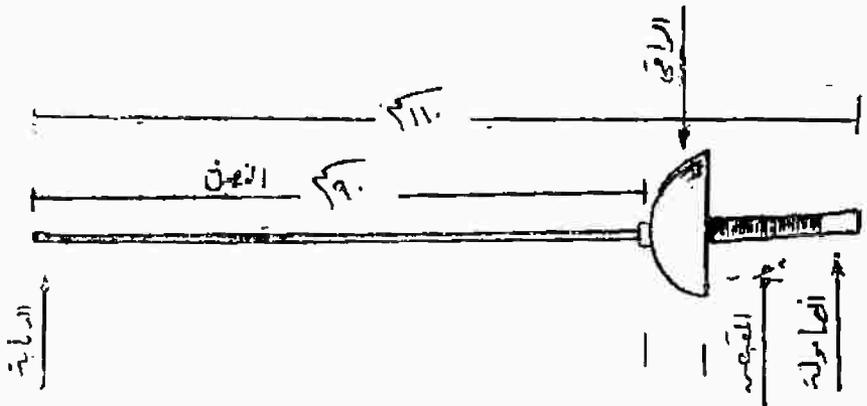
### ٣ - سلاح سيف المبارزة :

هذا النوع من الاسلحة يختلف عن النوعين الآخرين فى أنه أثقل وزنا ونصله أكثر صلابة وأكثر عرضا عند سطحه العلوى ومقطعه العرضى مثلث الشكل يتوسطه مجرى طولى يثبت بداخله سلكى التوصيل الكهربائى بين الذبابة من أعلى وبين الفيشة المثبتة على السطح الخلفى للواقى الذى يأخذ شكلا أكبر من حيث الحجم وعمقا أكثر بحيث تتسع تقريبا لقبضة يد اللاعب .

### المواصفات العامة لسلاح سيف المبارزة هى :

- ١ - الطول الكلى للسلاح ابتداء من الصامولة وحتى الذبابة ١١٠ سم .
- ٢ - الوزن الكلى للسلاح لا يزيد عن ٧٠٠ جم .
- ٣ - لا يزيد طول النصل الظاهر أمام الواقى وحتى الذبابة عن ٩٠ سم .
- ٤ - قطر الواقى لا يزيد عن ١٣ر٥ سم ولا يزيد عمق تجويفه عن ٥ر٥ سم .

- ٥ - المقبض وصامولة الربط لا يتعدى طولهما بعد التركيب عى ٢٠ سم
- ٦ - مواصفات الذبابة الكهربائية (ينظر إليها فى القانون الدولى  
للسلاح) (مادة ٣١١ ، ٣٣٢) \*



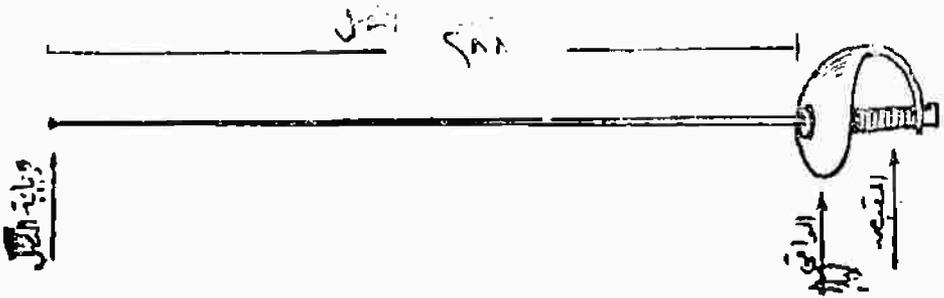
(شكل ٤) سلاح سيف المبارزة

## ٢ - سلاح السيف :

ان هذا النوع من الاسلحة هو الآخر يختلف عن النوعين الآخرين سواء فى شكل النصل أو شكل الواقى ، فنجد أن النصل يتميز بخفة وزنه ومقطعه الثلاثى كما يأخذ فى الانسياب من حيث التخانة ابتداء من الجزء القوى حتى طرفه العلوى الذى يصل الى الحد الأدنى من التخانة والذى ينتهى بالذبابة التى تتخذ شكلا ملتويا لاسفل ، كما يتميز أيضا عند الثلث العلوى بأنه له حدان أمامى وخلفى متساويين فى السمك مما يجعله فى شكله العام مبسطا . وتسجل اللامسات بأحد هذين الحدين أو بالذبابة الملتوية واما شكل مثلثى يصل ما بين السطح العلوى للواقى وصامولة الربط عند نهاية هذا الدوران .

## المواصفات العامة لسلاح السيف :

- ١ - الوزن الكلى للسلاح يقل عن ٥٠٠ جم .
- ٢ - الطول الكلى للسلاح لا يزيد عن ١٠٥ سم .
- ٣ - لا يزيد طول النصل ابتداء من السطح الامامى للواقى وحتى الذبابة عن ٨٨ سم .
- ٤ - قطر الواقى يتراوح بين ١٤ ، ١٥ سم .
- ٥ - المقبض وصامولة الربط بعد التركيب لا تزيد عن ١٧ سم .



(شكل ٥) سلاح السيف

## الاهداف المحددة للأسلحة الثلاثة :

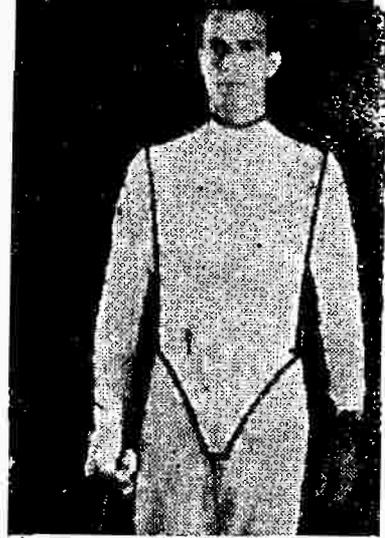
الهدف فى المبارزة عبارة عن المساحة السطحية المحددة على جسم اللاعب التى يسمح بها القانون ليتم عليها تسجيل اللمسات الصحيحة وتختلف حدود هذه المساحات من سلاح لآخر .

### ١ - فى سلاح الشيش :

حدد القانون الدولى للسلاح الهدف من سلاح الشيش بمنطقتين :  
منطقة أمامية ومنطقة خلفية .

## — المنطقة الامامية :

تحدد هذه المنطقة بالعنق النهائي لاستدارة الكتفين من حدود استدارة الرقبة حتى حدود الانتاء نهائياً عظمية الترقوة بمثابة المحاسن العليا — يلي ذلك منطقة استدارة المرفق والجزء العلوي من تحت الأيدي بانحدار الى أسفل حتى الخط الدائري الذي يلتف حول أخمص أصبلى عظمتي المرفقتين • ثم منطقة مثلث البطن الذي يأخذ شكل المثلث المتساوي الساقين المقارب قممته لأعلى ورأسه لاسفل عند التقاء عظمتي العانة •



(شكل ١) الودف من سلاح التيشن

## — المنطقة الخلفية :

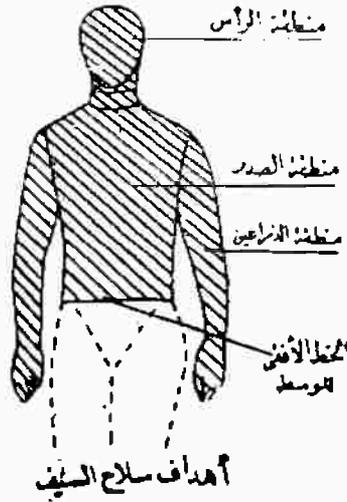
وتشمل هذه المنطقة ، الظهر بأكمله من أعلى الكتفين بانحدار لاسفل حتى الخط الدائري للأخصر أعلى منطقة الحوض •

## ٢ - فى سلاح سيف المبارزة :

جميع أجزاء الجسم أمامية وخلفية . عليا وسفلى تعتبر هدفا صالحا لتسجيل المسات وكل ما يتصل بجسم اللاعب .

## ٣ - فى سلاح السيف :

يشمل الهدف فى هذا السلاح الجزء العلوى للجسم بكامله ابتداء من الخط الدائرى الذى ياتف حول الخصر فى اتجاه لاعلى حتى الرأس، بما فى ذلك الصدر والظهر والذراعين والرأس بكامله أما الجزء أسفل دوران الخصر من الجسم فيعتبر خارج الهدف .

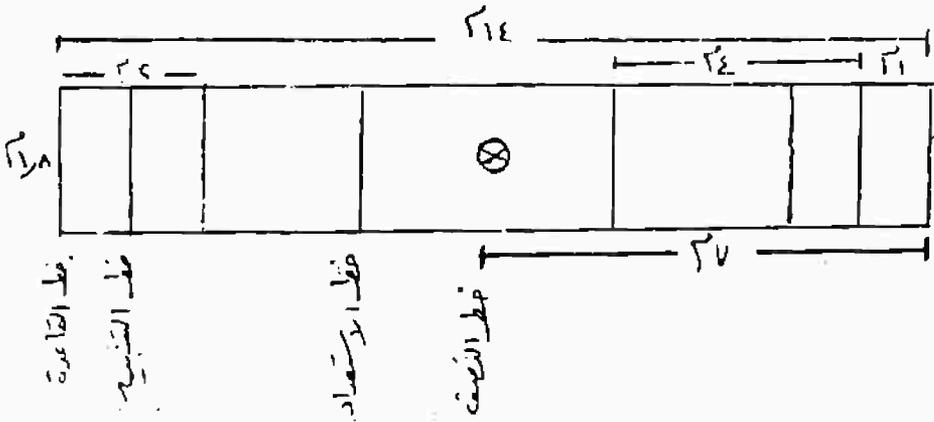


(شكل ٧) الهدف من سلاح السيف

## ميدان اللعب

تجرى منافسات سلاح الشيش داخل الصالات المعلقة على حلبة مغطاة بألواح خشبية أو من مادة اللينوليوم أو الفلين أو المطاط ، وفى المنافسات التى تحكم بالجهاز الكهربائى يعطى ميدان اللعب وامتداداتها

بشبكة معدنية لعزل اللامسات التي تسجل على الارض • على أن يراعى  
أن تكون أرضية الملعب ذات سطح مستو •

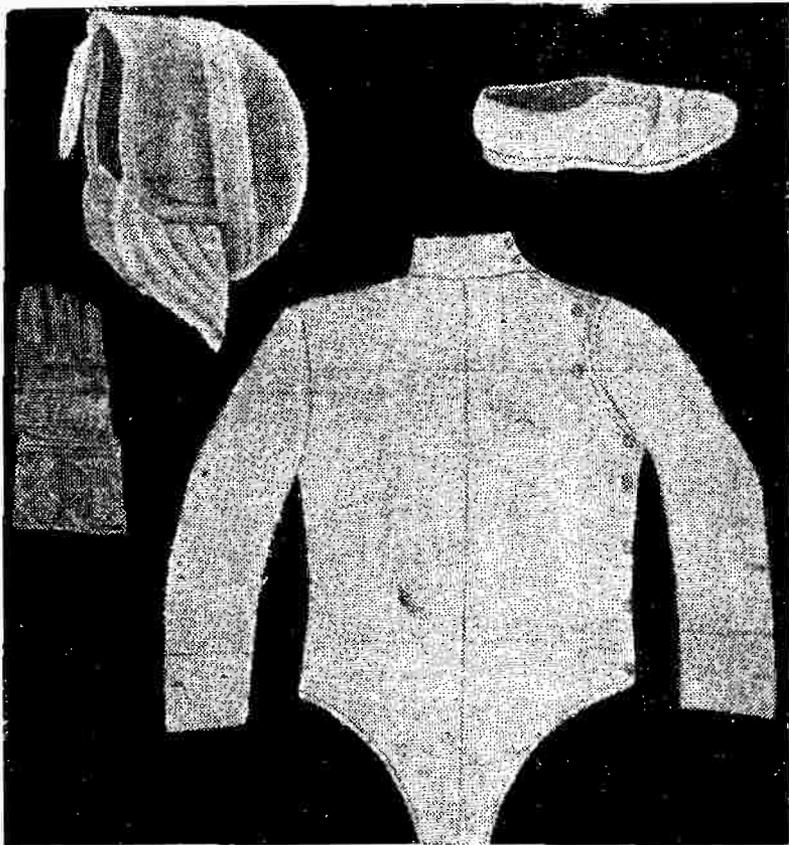


(شكل ٨) ميدان اللعب فى الاسلحة الثلاثة

على القارىء أن يقوم بالاطلاع على مواصفات ميادين اللعب  
للاسلحة الثلاثة ومقاييسها وقواعدها فى البنود (٢٠٢ ، ٣٠٣ ، ٣٠٢)  
والقواعد المعدلة فى التعديلات التى طرأت أخيراً على القانون الدولى  
وفى صفحتى ١٨٩ ، ١٩٠ فى كتاب قواعد القانون الدولى للسلاح •

#### ملابس ومهمات المبارزة :

وهى ببساطة عبارة عن الملابس التى يرتديها اللاعب أثناء ممارسته  
المبارزة والمطابقة لقواعد القانون الخاصة بها ، وتشتمل على بدلة المبارزة  
والملابس الاخرى اللازمة • أما المهمات فهى عبارة عن الادوات التى  
يستخدمها اللاعب عند المبارزة وهى تشتمل على القناع والقفاز والاسلحة  
والسترة الكهربائية وسلك التوصيل الخاص بالجسم وما الى ذلك •



(تمثل ٩) بعض الملابس والمهمات

وتنص المواد (٢٠٥ ، ٢١١ ، ٢١٣ ، ٢١٤ ، ٢١٥ ، ٢١٦) على مواصفات  
المهمات والملابس اللازمة لسلاح المشي الكورباني •

كما تنص المواد (٣٠٦ ، ٣١٣ ، ٣١٤ ، ٣١٥) على مواصفات المهمات  
والملابس اللازمة لسلاح سيف المبارزة •

أما المواد (٤٠٤ ، ٤٠٨) فتتضمن على مواصفات المهمات والملابس  
الخاصة بسلاح السيف وهي توضح الشروط الجامعة الخاصة بها •

# الباب الثالث

## مــســلــح التــمــيــش

### الفصل الاول :

- — ميكانيكية حركة الجسم العامة فى المبارزة •

### الفصل الثانى :

- — أنواع وطرق حمل السلاح ومواصفاتها •

### الفصل الثالث :

- — أوضاع الجسم وتحركات الرجلين (القدمين) •



# الفصل الأول

## ميكانيكية حركة الجسم العامة فى المبارزة

قبل أن نبدأ فى الحديث عن أساليب الحركة المختلفة التطبيقية منها والوصفية فإننا إذا ما نظرنا وتفحصنا حركات جسم اللاعب أثناء ممارسته لاوضاع وحركات المبارزة لوجدنا أنها تعتمد على مجالين أساسيين للحركة هما :

- **المجال الاول :** مجال حركة مفاصل الجسم .
- **المجال الثانى :** مجال عمل العضلات العاملة على تلك المفاصل .

ومن خلال هذين المجالين عند تطبيقهما عمليا نحصل على مقومات الحركة وركائزها وعناصرها كالسرعة والرشاقة والقدرة والمرونة والتوافق والتوازن والدقة والآداء والثلاثة عناصر الاخيرة يدخل الجهاز العصبى المركزى للجسم بصفة أساسية فى العمل مع مجالى حركة المفاصل والعضلات العاملة عليها .

هذا بالنسبة للنتائج التى نخرج بها من عمل هذين المجالين ، أما بالنسبة للاداء التطبيقى والعملى لهما فإننا نجد أنهما يعملان تحت النظرية المعروفة بنظرية الروافع التى هى فى أساسها تبحث عن العلاقات بين القوة والمقاومة ونقطة ارتكاز عمل الرافعة العاملة وتنظم العمل بينهما ذلك أن عضلات الجسم العاملة على كل مفصل من مفاصل

الجسم هي المحركة لهذا المفصل بمعنى أن عنصر القوة اللازم لاداء الحركة ينبع من العضلة ذاتها أثناء انقباضها المركزي (الايجابى) أو اللامركزي (السلبي) ودو ما يطلق عليه ذراع القوة (بالنسبة للرافعة) • أما ذراع المقاومة فهو ينبع أساسا من ثلاثة عناصر تشكل المقاومة التي تعاكس وقضاء عمل ذراع القوة (انقباض العضلة) وهي عبارة عن :

١ - تأثير الجاذبية الارضية تجاه العمل العضلى الذى تقوم به العضلة أثناء انقباضها كى تقوم بتحريك المفصل الذى تعمل عليه •

٢ - وزن وثقل عضو أو أعضاء الجسم الطبيعية المتصلة بالمفصل المتحرك •

٣ - وجود ثقل خارجى غير ثقل عضو الجسم المتحرك بما يشكل زيادة عامل المقاومة •

نستخلص مما سبق ما معناه أن كلا من القوة والمقاومة تعملان ضد بعضهما البعض والغاية لمن تكون أكثر تأثيرا على الاخرى ذلك أنه كلما كانت القوة أكثر بالنسبة للمقاومة قامت العضلة بعملها بكفاءة وتحرك المفصل فى الاتجاه المطلوب ومن جهة أخرى كلما زادت نسبة القوة على نسبة المقاومة كلما تحرك المصل بسهولة أكثر وسرعة أكثر • وعلى العكس من ذلك كلما زادت نسبة المقاومة كثيرا على نسبة القوة توقف المفصل عن الحركة تماما •

ومن هنا نأتى الى أهمية الحديث عن عنصر السرعة الذى ينتج أساسا من حصيلة عمل مجال حركة المفاصل ومجال العمل العضلى ورجاحة نسبة القوة على نسبة المقاومة وضرورة توفيرها للقيام بحركة سريعة

كما هو مطلوب فى رياضة المبارزة • ذلك أن عنصر السرعة يعتبر أحد المؤثرات الرئيسية التى تؤثر على ايجابية أداء حركات المبارزة بصفة خاصة حيث يجب أن تتميز دائما بالأداء السريع • وهذا بالطبع الى جانب المهارة الحركية للاعب والتوقيت المناسب لأداء كل حركة ليحقق الهدف من آدائها •

وبناء على ذلك ، يجب أن نضع فى اعتبارنا ضرورة أن يتخذ الجسم والمفاصل المختلفة الحركة له الأوضاع المناسبة التى تمكنه من التغلب على تأثير الجاذبية الارضية الى أقل حد ممكن وترجيح كفة القوة التى تنتج عن حركة المفصل والعضلات العامة عليه بحيث تكون هى الغالبة على كفة المقاومة وتأثيرها على مدى سرعة الحركة عند أداء حركة ما من حركات المبارزة ، بمعنى أن نجعل لذراع القوة دائما الغلبة والتفوق على ذراع المقاومة •

وإذا ما استطعنا أن نحقق ونحصل على النتيجة السابقة ، فانبنا سوف نكتسب عاملا جديدا له وزنه وأهميته القصى وهو عامل الاتزان والتوازن التام للجسم عامة وللحركة التى تؤدى بصفة خاصة، وخصوصا عند تأدية حركات مركبة متتابعة فى اتجاهات مختلفة ، فاننا نجد أن الحاجة تصبح ماسة الى عامل الاتزان الحركى أكثر حتى يمكن ربط حركات المفاصل بعضها ببعض ربطا توافيقيا مترنا • وهنا يجب ألا ننسى ضرورة وضع مركز ثقل الجسم العام فى نقطة متوسطة بين نصفى الجسم المتحرك أماما وخلفا بصفة دائمة حيث أن ذلك سوف يساعد كثيرا على حفظ اتزان اللاعب مهما تعددت حركاته •

وعند الحديث عن أوضاع الجسم وتحركات القدمين ومهارات المبارزة ذاتها ، سوف نجد أنفسنا في مجال التطبيق العملي نشعر بأهمية هذه الأمور وضرورة وضعها في الاعتبار والاسترشاد بها في الشرح والتطبيق العملي الحركي . كما سنرى فيما بعد .

## الفصل الثاني

### مسك وحمل السلاح

ان القبض على مقبض السلاح المستعمل فى المبارزة بسلاح الشيش ان الامور الهامة جدا والتي يتوقف عليها درجة مهارة اللاعب فى تحريك السلاح فى يده وتوجيهه التوجيه السليم نحو الهدف وخاصة ذبابة التسجيل . اذ ذلك يجب على اللاعب أن يتقن كيفية مسك المقبض بالطريقة السليمة ويعتنى بها غناية كبيرة وتدريب أصابعه ويده على مسك وحمل السلاح جيدا حتى يكتسب الاحساس الكامل بالسيطرة الكاملة عليه أثناء تحريكه وأثناء آدائه لحركات السلاح المختلفة ، وذلك بأن يعمل على أن يتم مسك المقبض الخشبي بسلاميات أصابعه الخمسة الاولى موزعة بترتيب معين متسلسل على طول المقبض ، وعلى أن يتم أيضا حمل هذا المقبض على كف اليد المألحة بحيث تستقر مؤخرته داخل تجويف راحة اليد عند اتصالها بمفصل الرسغ ، وبذلك نجد أن المقبض الخاص بالسلاح قد استقر مترنا داخل راحة اليد بينما تمسك سلاميات الاصابع مختلف مناطق المقبض الخشبي بشكل انسيابى تبعاً لانسياب ترتيبها الطبيعى ، وهنا نستطيع القول بأن الطريقة الرئيسية للقبض على مقبض سلاح الشيش تتقيد بعاملين - الاول منها حمل السلاح ويتم ذلك بواسطة راحة اليد ، والثانى مسك المقبض ويتم ذلك بواسطة الاصابع الخاصة باليد المألحة وليس بعامل واحد منهما دون الآخر ذلك أنهما يتعاونان معا فى اعطاء الاحساس النصلى للاعب وفى السيطرة

على السلاح ككل عند استخدامه فى أداء حركات السلاح المختلفة من حيث اتقان الحركة النصلية وتحديد اتجاهها •

هذا هو بصفة عامة شرح وتفهير الطريقة الرئيسية لمسك وحمل السلاح التى يوجد منها عدة طرق مشتقة تتوقف على نوع المقبض المركب عليه النصل حيث توجد منه ثلاثة أنواع •

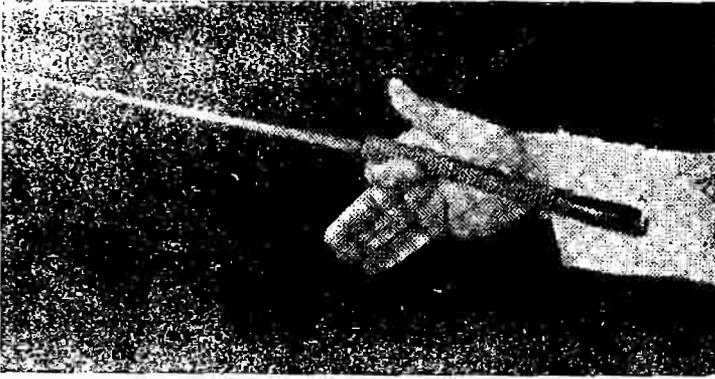
### أ) طريقة مسك وحمل سلاح الشيش الفرنسى :

من خاصية مقبض سلاح الشيش الفرنسى أنه يتميز بالاستقامة فيما عدا انحناء بسيط يتناسب مع انحناء تجويف راحة اليد المسلحة ، وبأن مقطعه العرضى مربع الشكل تقريبا له أربعة أسطح ، اثنان جانبيين والاخرين أحدهما علوى والآخر سفلى • ويمكن شرح هذه الطريقة كالتالى :

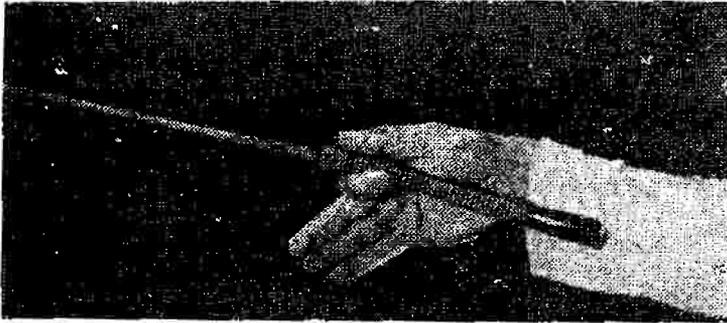
١ - يوضع الجانب العلوى للسلمية الثانية لاصبع السبابة ملامسة للسطح السفلى للمقبض ثم تلتف باطن السلمية الاولى لنفس الاصبع لتلامس السطح الداخلى الجانبى للمقبض • وبذلك يصبح الجزء الامامى له بين سلميات أصبع السبابة (شكل ١٠-١) •

٢ - يوضع باطن أصبع الابهام على السطح العلوى للمقبض ممتدا بحيث يعيد طرفه الامامى عند السطح الخلفى للواقى ما بين ١ سم ونصف سنتيمتر تقريبا • (شكل ١٠-ب) •

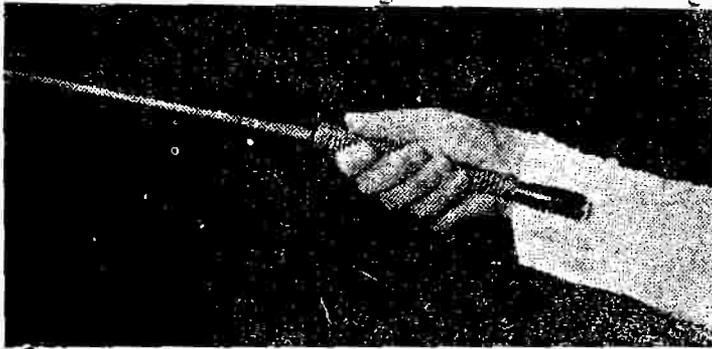
٣ - يوضع باطن السلميات الاولى للاصابع الثلاثة الباقية تتجاورة بالتسلسل الطبيعى لها على السطح الجانبى الداخلى للمقبض وملاصقة له مع ملاحظة ملامسة أطرافها لقاعدة أصبع الابهام (شكل ١٠-ج) •



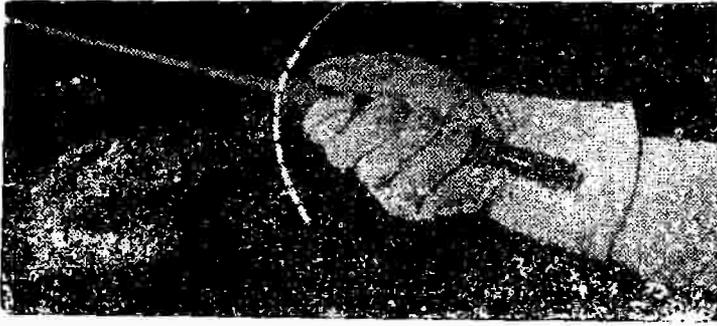
(شكل ٩ - أ) القبضة الفرنسية



(شكل ١٠ - ب) القبضة الفرنسية



(شكل ١٠ - ج) القبضة الفرنسية



(شكل ١٠ - د) القبضة الفرنسية

٤ - بعد ذلك يتم وضع مؤخرة المقبض الخشبي داخل التجويف الخاص براحة اليد مع ملاحظة تلامس مامولة الربط لاسطح الامامى لمنطقة الرسغ بحيث تتخذ وضعها على استقامة امتداد ساعة السذراع المسلحة ، وبذلك نجد أن السلاح والمقبض والساعد أصبحوا على خط مستقيم واحد . (شكل ١٠ - د) .

### الاطياء الشائعة :

- ١ - امتداد أصبع السبابة على السطح الجانبى الخارجى للمقبض
- ٢ - عدم ملاسة السلامية للأصبع الاخير لمؤخرة المقبض الخشبي
- ٣ - وضع طرف أصبع الابهام على السطح العلوى للمقبض .
- ٤ - القبض على المقبض بالاصابع الخمسة ككل دون السلاميات الاولى .
- ٥ - عدم استقرار مؤخرة المقبض داخل تجويف راحة اليد .
- ٦ - ثنى مفصل رسغ اليد المسلحة لاعلى أو لاسفل .

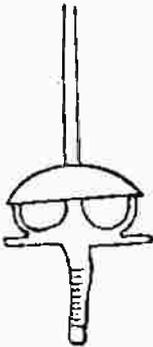
## ب) طريقة مسك وحمل سلاح الشيش الايطالى :

يتميز مقبض السلاح الايطالى بأن الواقى الخاص به ، مثبت على سطحه الخلفى وعلى استقامة قطره ، حلقتان معدنيتان تتصلان عند قاعدتهما بعارضة من المعدن موازية لقطر الواقى يتوسطها ثقب لمـرور قاعدة النصل من خلالها ليثبت فى الواقى بواسطة صامولة • وتتم هذه الطريقة كالتالى :

١ - يوضع الجانب العلوى للسلاميتين الثانية والثالثة من اصبع السبابة ملامستان السطح السفلى الحديدي لمؤخرة النصل الواقعة خلف السطح الخلفى للواقى ، أما السلامية الاولى للسلامية فتلتف الى أعلى لتلامس الجانب الايسر لمؤخرة النصل التى تكون العمود الاوسط للمقبض فى هذا السلاح •

٢ - يوضع باطن اصبع الابهام على السطح العلوى الحديدي للعمود الاوسط ممتدا وعلى بعد حوالى نصف سنتيمتر من السطح الخلفى للواقى •

٣ - توضع السلامية الاولى للاصبع الاوسط على الزاوية الداخلية القائمة للحلقة الحديدية الداخلية بحيث تلتف قليلا الى أعلا وتستقر عليها



( شكل ١١ ) القبضة الايطالية

٤ - أما العارضة الواصلة بين الحلقتين فتستقر الجهة الخارجية  
منها داخل المنطقة المحصورة بين الابهام والسبابة وتستند عليها •

٥ - تلتف السلاميتان الاولى والثانية لاصبعى البنصر والخنصر  
حول المقبض الخشبى بحيث يتجاوران ويتلامسان •

٦ - أما مؤخرة المقبض فتستقر داخل تجويف راحة اليد وتلامس  
صامولة الربط السطح الداخلى للمساعد المجاور لمنطقة الرسغ •

### الاطفاء الشائعة :

١ - عدم وضع باطن سلاميات اصبعى الابهام والسبابة على  
السطحين العلوى والسفلى للعمود الاوسط للمقبض •

٢ - وضع سلاميات الاصابع الثلاثة الاخيرة حول المقبض الخشبى  
دون وضع الاصبع الاوسط داخل الزاوية الداخلية القائمة للحلقة  
الصديديية •

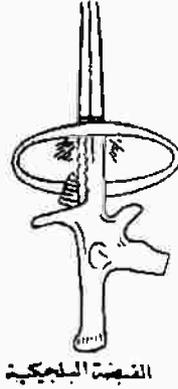
٤ - عدم استقرار مؤخرة المقبض الخشبى داخل تجويف راحة  
اليـد •

٥ - عدم سند مؤخرة المقبض وتثبيتها فى راحة اليد بالاصبع  
الاخير لليد المسلحة •

### ج) طريقة مسك وحمل القبضة البلجيكية المسدسية :

هذا المقبض يشبه الى حد كبير قبضة المسدس النارى العادى ويصنع  
من مادة الالمنيوم لمناسبتها من حيث الوزن لاتزان السلاح فى يد اللاعب •  
ويوجد بهذه القبضة تجاويف خاصة بكل اصبع من اصابع اليد الثلاثة  
الاخيرة تستقر بداخلها السلاميات الاولى والثانية لكل اصبع ، كما

تستقر مؤخرة المقبض أيضا داخل تجويف راحة اليد • أما اصبع الابهام فيوضع باطن السلامية الاوى منه على السطح العلوى للمقبض خلف السطح الخلفى الواقى مباشرة ، كما يتم وضع الجانب العلوى للسلاميتين الاولى والثانية من اصبع السبابة على السطح السفلى لمقدمة المقبض •

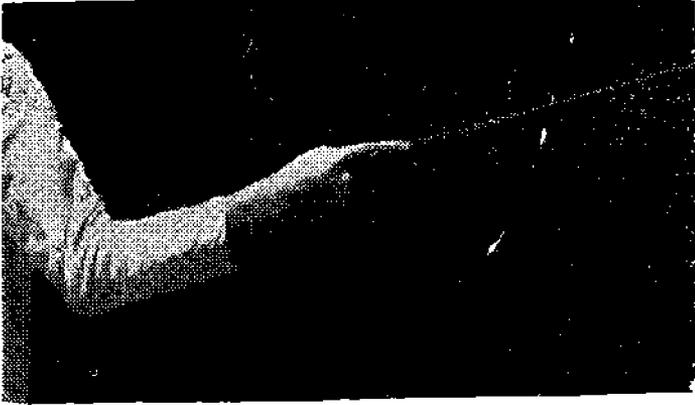


(شكل ١٢) القبضة الباجيكية

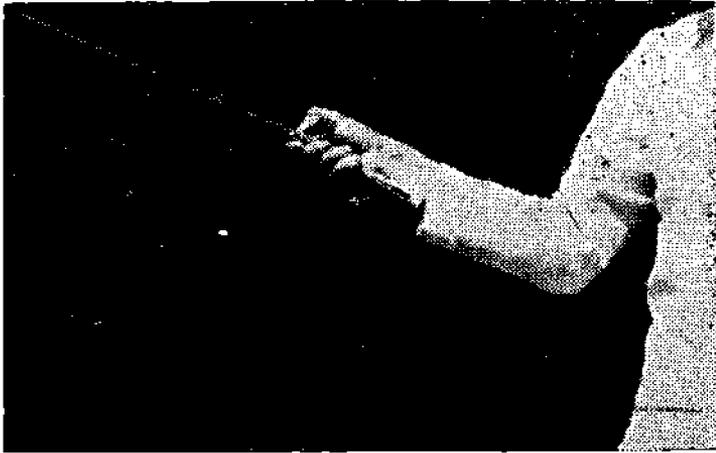
حيث أن كل اصبع يستقر بصفة عامة داخل تجويف خاص به فى هذا المقبض ، فلا توجد هناك أخطاء يمكن اعتبارها ممكنة الحدوث فتتعلق بهذه القبضة •

#### الاطء الشائعة للقبضة الفرنسية :

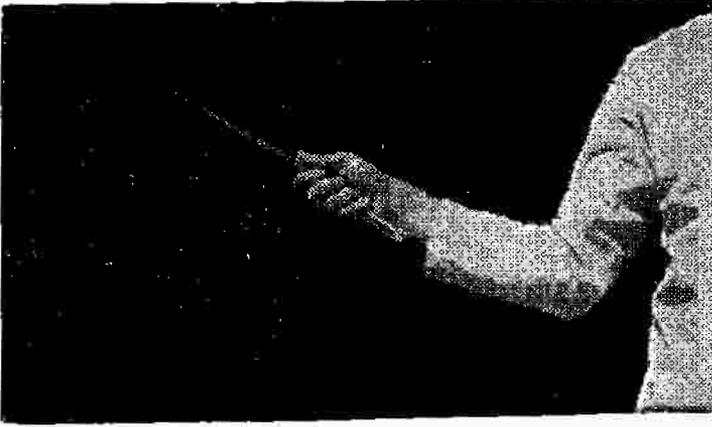
ويبين شكل ١٣ ، ١٤ ، ١٥ ، ١٦ الاخطاء التى يمكن أن يقع فيها اللاعب عند تعلمه طريقة القبضة الفرنسية وهى تتعلق كلها بوضع اصابع اليد المسلحة •



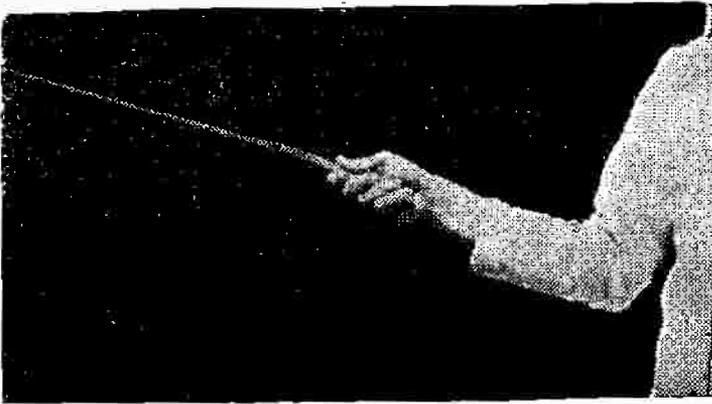
(شكل ١٣) خطأ اصبع السبابة الممتد



(شكل ١٤) خطأ التفاف الاصابع حول المقبض



(شكل ١٥) خطأ وضع اصبع الابهام فى حالة انثناء



(شكل ١٦) خطأ التفاف اصبع السبابة حول المقبض



# الفصل الثالث

## التحية وأوضاع الجسم وتحركات القدمين

قبل أن نبدأ فى الحديث عن النواحي الحركية الخاصة بالمبارزة سواء كانت من ناحية جسم اللاعب أو من ناحية حركات السلاح ذاتها، نجد أنه من الأفضل ايضاح طبيعة المبارزة الحركية والاسلوب المتبع فى تطبيقاتها • ذلك أننا نرى أن اللاعب لزاما عليه أن يواجه خصمه بجانب واحد من جسمه ، اما الجانب الايمن أو الجانب الايسر ، وهو الجانب الذى توجد به الذراع المسلحة المسكة بالسلاح وهى التى سوف يواجه بها خصمه عند مبارزته ، وبناء على هذا الاتجاه الاساسى والرئيسى تشتمل الاوضاع والحركات الخاصة بالجسم وأطرافه واتجاهاتها عموما •

### الوضع الاساسى :

هذا الوضع يعتبر الاساس الذى يبنى عليه بعد ذلك شكل واتجاه أوضاع الجسم وتحركات القدمين ، حيث يتم تقسيم الجسم الى قسمين تقسيما اعتباريا ، أمامى وخلفى القسم الامامى توجد به الذراع المسلحة ويواجه الخصم ، والقسم الخلفى يقع خلف القسم الامامى ولا يواجه الخصم ، وبذلك تتحقق المواجهة الجانبية التى تتناسب تناسباً طبيعياً مع طبيعة المبارزة وحركاتها الجثمانية والفنية •

### الخطوات الحركية التعليمية لهذا الوضع :

يقف اللاعب الوقفة الرياضية العادية والقدمين متلاصقتين ، ممسكا

السلاح المسكة الصحيحة ممتدا بالذراع المسلحة بارتخاء كامل أمام الجسم وأصابع قبضة اليد المسلحة أمام الفخذ الأمامي ونصل السلاح متجها لأسفل وللأمام • أما اليد الحرة فتحمل القناع مرتكزة به أعلى حرقفة الرجل الخلفية •

— يقوم اللاعب بإدارة القدم الخاصة بجانب الجسم الذي تقع به الذراع المسلحة مرتكزة في دورانها على كعب تلك القدم وتستمر في هذا الدوران للأمام حتى تكون مع القدم الخلفية زاوية قدرها ٩٠ درجة •

— مع دوران تلك القدم ، يدور معها الكتف الذي تتعلق به الذراع المسلحة حتى يصبح مسقط هذا الكتف عموديا على مقدمة تلك القدم •



(شكل ١٧) الوضع الاساسى

— ومع دوران تلك القدم وهذا الكتف يدور معها القسم الأمامي للجسم (الذى به الذراع المسلحة) في نفس الاتجاه •

وبذلك نصل الى وضع المواجهة الجانبية للخصم بالذراع المسلحة  
الذى يطلق عليه الوضع الاساسى حيث ينقسم الجسم الى قسم أمامى  
مواجه للخصم وقسم خلفى لا يواجه الخصم وهو الوضع الذى سبق  
أن قلنا أنه يناسب تماما طبيعة أوضاع وحركات الجسم والقدمين فى  
المبارزة عموما .

### الخطوات التعليمية لاداء التحية فى المبارزة :

يتم آداء خطوات ومراحل التحية فى المبارزة من الوضع الاساسى  
السابق ذكره على الوجه التالى :

— يقوم اللاعب برفع الذراع المسلحة للامام لتتخذ وضعاً موازياً  
للارض لتحية الخصم .

— يضم اللاعب مرة ثانية بقبضة يده وذراعه أمام ذقنه وجذمه  
متجها بالنصل الى أعلى .

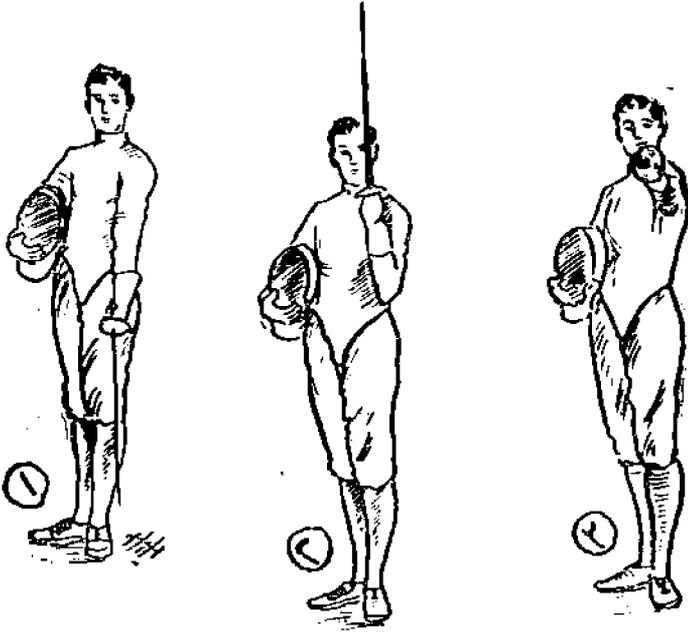
— تمتد ذراع اللاعب المسلحة هابطة بنحل السلاح الى أسفل والى  
ناحية اليسار لتحية الحكام والمتفرجين الذين يتواجدون فى هذا الاتجاه .

— ثم تصعد قبضة اليد نحو الوجه — لتتهبط مرة أخرى الى أسفل  
ناحية اليمين لتحية جمهور المتفرجين وغيرهم ممن يتواجدون على يمين  
اللاعب .

### وضع الاستعداد (التحفز)

لقد سمي هذا الوضع بوضع التحفز نظرا لكونه فعلا الوضع الذى  
يجعل اللاعب فى أفضل أوضاعه الجسمانية متحفزا للحركة سواء للامام  
أو الى الخلف بيسر وسهولة ، وذلك بفضل صفة المواجهة الجانبية للذراع

المسلة التي تعطى لذباية النصل مكانا أقرب ما يمكن الى منطقة الهدف على سطح جسم الخصم وفي مواجهته المباشرة .



( سكت ١٨ ) أوضاع التديية ( ١ ، ٢ ، ٣ )

### الخطوات التظيمية :

— من الوضع الاساسى ، يأخذ اللاعب خطوة بقدمه الامامية للامام فى اتجاه الخط الهامى للمبارزة ، مسافة قدم واحد ونصف قدم محافظا على الزاوية القائمة ٩٠° التي تربط القدم الخلفية بالقدم الامامية ، مع نقل وزن الجسم على القدم الامامية أيضا حتى يتم توزيع الجسم على القدمين بالتساوى بحيث يسقط مركز ثقل الجسم على نقطة تقع فى منتصف المسافة بين كعبى القدمين . وبذلك يأخذ اللاعب قاعدة الارتكاز التي يرتكز عليها جسمه بعد ذلك أثناء الحركة .

— بعد أن يتزن الجسم على القدمين في وضعهما الجديد وثبات النصف العلوي من الجسم في وضع عمودي على منطقة الحوض ، يقوم اللاعب بثني الركبتين نصفاً الى اسفل مع انفراج الركبتين الى الخارج مبتعدين عن بعضهما البعض ، على أن تسقط الركبة الامامية على مقدمة مشط القدم الامامية متعامدة عليها ، كما يراعى وضع الركبة الخلفية اعلى مقدمة مشط القدم حيث تتعامد عليها مع ملاحظة ثبات الجذع في وضعه العمودي على منطقة الحوض أثناء وبعد ثني الركبتين . والهدف من ثني الركبتين نصفاً هو ايجاد نوع من التحفز لدى اللاعب يمكنه من أداء حركات القدمين بيسر وسهولة وقوة .

— ترفع الذراع المسلحة لاعلى لتأخذ وضعها أمام الجسم (القسم الامامى منه) مكونة زاوية عند مفصل المرفق أكثر قليلاً من الزاوية القائمة على أن يوازي الساعد سطح الارض تقريبا ، على أن يبعد مفصل المرفق على الجسم بمقدار قبضة اليد تقريبا . ويلاحظ وضع نصل السلاح متجهاً أماماً ولاعلى قليلاً وعلى استقامة امتداد ساعد الذراع المسلحة .

— ترفع الذراع الحرة خلف الرأس مكونة زاوية قائمة تقريبا بين الساعد والعضد على أن يتخذ الاخير وضعاً موازياً للارض . مع ملاحظة ارتخاء أصابع اليد الحرة والذراع بكاملها دون جهد يذكر .

### الاطباء الثلاثة :

- عدم توزيع وزن الجسم على القدمين بالتساوى على وجه التقريب .
- عدم مراعاة وضع الكعبين على خط المبارزة الوهمى المستقيم فى اتجاه الخصم .
- ثنى الركبتين أكثر من اللازم أو مدهما لاعلى أكثر مما يجب .

- مواجهة صدر اللاعب للامام أو اتجاهه نحو الخلف بشكل حاد .
- ثنى الجذع لاي اتجاه وعدم تثبيته عموديا على منطقة الحوض .



(شكل ١٩) وضع التحفز

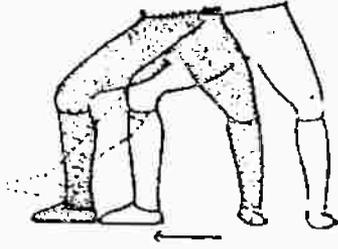
### تحركات القدمين :

بعد أن يتخذ اللاعب وضع الاستعداد السابق شرحه ، تبدأ حاجته الى الحركة الى الامام والى الخلف على القدمين بهدف الاقتراب من الخصم المواجه له لمهاجمته أو الابتعاد عنه بغير الهرب منه، وتعتمد تلك الحركة على نوعين أساسيين هما :

### التقدم والتقهقر

ويترتب على حركة التقدم للامام اكتساب مسافة من أرض الملعب لصالح اللاعب المتقدم ، ويترتب على حركة التقهقر للخلف فقدان مسافة من أرض الملعب في غير صالح اللاعب المتقهقر . كما يستطيع اللاعب عن طريقهما ضبط المسافة بينه وبين خصمه بحيث تصبح تلك المسافة في صالحه لتمكنه من الوصول الى هدف الخصم والاشتبك معه في هجوم ناجح .

## أ ( حركة التقدم للامام :



( شكل ٢٠ ) حركة التقدم للامام

تتم الخطوات التعليمية لهذه الحركة طبقا للخطوات التالية :

١ - تبدأ الخطوة الاولى بنقل

القدم الامامية ، للامام دون زحف

بحركة مرجحة أمامية خفيفة من

مفصل الركبة مع الاحتفاظ باتجاه

المشط فى اتجاه الخط الوهمى للمبارزة الامامى ، مسافة تقدر بحوالى

قدم واحدة ، على أن يراعى الهبوط بها وملامسة الارض بالجزء الخلفى

لكعب القدم الامامية أولا قبل ملامسة بقية القدم لها ، ومع انتقال

تلك القدم للامام ينتقل معها مركز ثقل الجسم للامام بقدر المسافة التى

تحركتها هذه القدم •

٢ - يلى الخطوة الاولى ، نقل القدم الخلفية للامام لتلحق بالقدم

الامامية دون زحف وذلك برفع القدم الخلفية قليلا عن الارض بحركة

من مفصل الفخذ التابع لها على أن تتحرك للامام نفس المسافة التى

قطعتها القدم الامامية قبل أن تستقر على مكانها الجديد على الارض

مع مراعاة ملامسة الارض أولا بالحد الخلفى للنصف من مشط القدم

وقبل أن توضع كلها على سطح الارض •

ويجب أن تراعى ثلاثة أمور عند أداء هذه الحركة وهى :

أ ( الاحتفاظ دائما بدرجة انثناء الركبتين كما هما فى وضع

الاستعداد دون تغيير ، أى عدم مدهما لاعلى أو ثنيهما أكثر من الانثناء

الطبيعى لهما •

ب) ضرورة الاحتفاظ بوضع الجذع عموديا على منطقة الحوض،  
أثناء حركة القدمين .

ج) الاحتفاظ بالزاوية القائمة بين القدمين ثابتة كما هي وبالتالي  
استقامة الخط الواصل بين كعبي القدمين في اتجاه الخط الوهمي للمبارزة  
وعند التدريب تؤدي هذه الحركة على مرحلتين من الوجهة التعليمية:

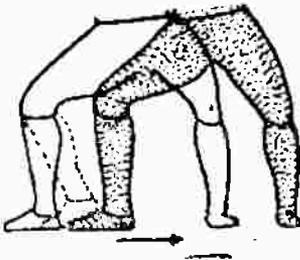
أولا : في العدة الاولى يتم نقل القدم الامامية للامام ، وفي العدة  
الثانية تنقل القدم الخلفية . كل عدة منفصلة عن الاخرى .

ثانيا : يتم نقل القدمين للامام في عدة واحدة وذلك بأن تتبع القدم  
الخلفية القدم الامامية مباشرة دون فترة سكون بين حركتيهما .

### ب ) حركة التفهقر للخلف :

تؤدي الخطوات التعليمية كالتالي :

١ - تبدأ الخطوة الاولى ، بنقل القدم الخلفية مسافة تقدر بحوالي  
قدم واحد دون زحف بحركة خفيفة من مفصل الركبة الخلفي ، وعند  
الهبوط بها يجب أن يتم لمس الارض أولا بالحد الخلفي للنصف



الامامي من مشط القدم قبل أن  
تستقر كلها على سطح الارض .  
مع مراعاة عدم الاسراع بنقل  
مركز ثقل الجسم مع القدم  
الامامية للخلف .

(شكل ٢١) حركة التفهقر للخلف

٢ - يلي الخطوة الاولى مباشرة ، نقل القدم الامامية للخلف  
لتلحق بالقدم الخلفية ، نفس المسافة (تقدم واحد) مع مراعاة الاحتفاظ  
باتجاه مشط القدم للامام بحيث تتم حركة النقل (بالنسبة للقدم)  
من مفصل الفخذ الامامى عند نقل مركز ثقل الجسم للخلف • وعند  
الهبوط بالقدم الامامية فى مكانها الجديد على سطح الارض يجب مراعاة  
ملامسة الارض أولا بالنصف الامامى لمشط القدم قبل أن تستقر كلها  
على سطح الارض •

وهنا أيضا تراعى الامور الثلاثة السابق ذكرها فى حركة التقدم  
للامام • وعند التدريب تؤدي هذه الحركة على مرحلتين من الوجهة  
التعليمية :

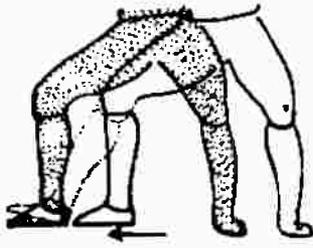
أولا : يتم نقل القدم الخلفية للخلف فى العدة (١) ، ثم يتم نقل  
القدم الامامية للخلف فى العدة (٢) •

ثانيا : يتم نقل القدمين معا للخلف فى عدة واحدة فى سرعة دون فترة  
سكون بين كل من حركة القدمين •

أما تحركات القدمين الاخرى فهى تعتبر مكملة ومتممة ومشتقة من  
الحركتين السابقتين •

## ١ - الوثبة السريعة للامام :

تؤدي هذه الوثبة بالقدمين معا فى عدة واحدة وفى وقت واحد ،  
ولذلك فهى تحتاج الى نوع من التوازن والاتزان عند ادائها ، وتبدأ  
بمرحلة القدم بحركة خاطفة للامام وعند هبوطها يلمس النصف الامامى  
من أسفل باطن القدم سطح الارض مع التقدم بها للامام قليلا محدثة



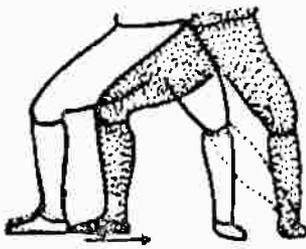
(شكل ٢٢) الوثبة السريعة للامام

صوت يشبه التصفيق عند ارتطامها بالارض على أن يتبع ذلك مباشرة نقل القدم الخلفية للامام بحيث تلمس الارض أولا بباطن القدم قبل أن تستقر القدمان بكاملهما على سطح الارض .

• وعند التدريب تؤدي الحركة برمتها في عدة واحدة .

## ٢ - الوثبة السريعة للخلف :

تؤدي هذه الوثبة بالقدمين معا في عدة واحدة وفي وقت واحد .



(شكل ٢٣) الوثبة السريعة للخلف

وتبدأ بمرجحة القدم الامامية بحركة خاطفة للخلف والهبوط بها بحيث يلمس النصف الامامي من باطن القدم سطح الارض أولا . ويتبع ذلك مباشرة نقل القدم الخلفية للخلف نفس المسافة التي

اتخذتها القدم الامامية بحيث يلامس مشط القدم أيضا الارض أولا قبل أن تستقر القدمان بكاملهما على سطح الارض .

• وعند التدريب تؤدي تلك الوثبة في عدة واحدة .

## ٣ - وثبة التمرير للامام وللخلف

وتؤدي هذه الحركة حركيا اما للامام أو للخلف وهي عبارة عن العبور بالقدم العكسية أمام وقبل حركة القدم الاخرى بحيث تتقاطع الساقان عند منتصف توقيت الحركة .

فإذا كان التمرير للامام ، تحركت القدم الخلفية للامام متقاطعة أمام القدم الامامية قبل أو توضع على الارض أمامها . ويلى ذلك نقل القدم الامامية للامام عابرة القدم الخلفية لتستقر على الارض أمام القدم الخلفية مرة أخرى فى الوضع السابق قبل الحركة — مع ملاحظة الاحتفاظ فى النهاية بثنى الركبتين ووضع الجذع العمودى كما هو معروف فى وضع الاستعداد .

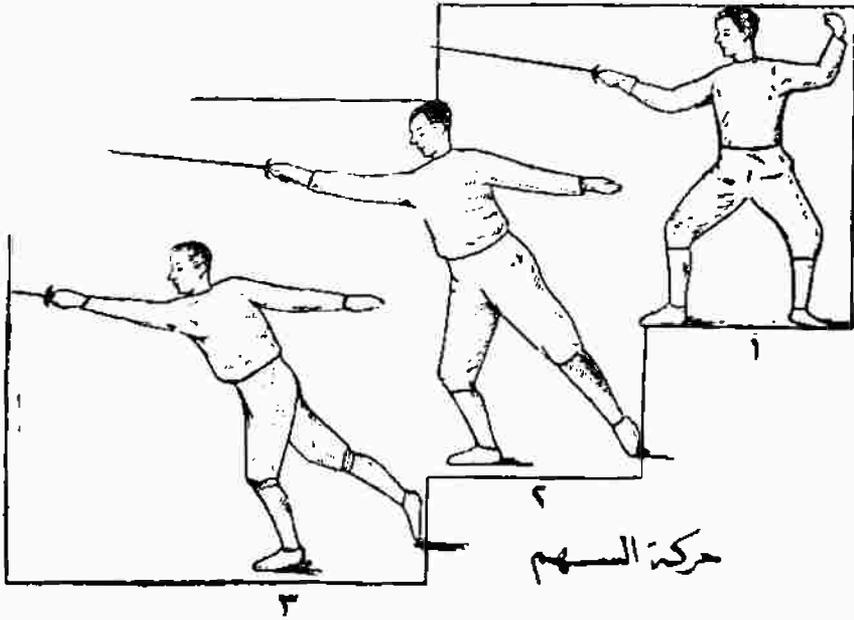
أما اذا كان التمرير للخلف، فنبدأ بتحريك القدم الامامية أولاً للخلف عابرة ومتقاطعة مع القدم الخلفية قبل أن تستقر على الارض ، ويلى ذلك نقل القدم الخلفية للخلف لتستقر خلف القدم الامامية مرة أخرى .

#### ٤ — حركة السهم :

يمكن القول بأن تلك الحركة عبارة عن حركة طيران للامام ، ذلك أنه فى الواقع وفى منتصف الحركة تماما تصبح القدمان مرتفعتان عن الارض وغير ملامستان لها لفترة زمنية خاطفة ، وتؤدى هذه الحركة على الخطوات التالية :

— تبدأ الحركة بامتداد الذراع المسلحة للامام مع الميل بالجسم للامام قليلا حتى يصبح مركز ثقل الجسم أمام القدم الامامية .

يلى ذلك تحرك القدم الخلفية مارة بالقدم الامامية متقاطعة معها بحركة سريعة لترتكز على نقطة أمام القدم الامامية ، وفى اللحظة التى ترتكز بها القدم الخلفية أمام القدم الامامية ، تبدأ حركة القدم الامامية من الخلف الى الامام لتلامس الارض أمام القدم التى بدأت بها حركة السهم — وفى تلك اللحظة يتم تسجيل اللمسة ضد الخصم .



(شكل ٢٤) حركة السهم

— بعد ذلك يستكمل حركة السهم بالاندفاع للامام بالجرى المباشر  
 أماما والمرور على يسار الخصم (الجانب الداخلى) .

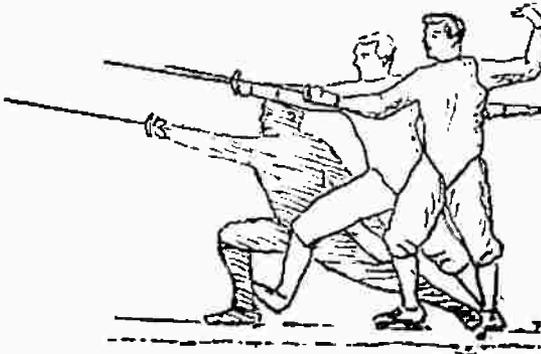
ويجب مراعاة : عدم رفع الجسم لاعلى عن طريق مد الركبتين أو  
 الميل خلفا أو أماما أكثر من اللازم .

### حركة الطعن أو الحركة الانبساطية

وهى الحركة التى يطلق عليها دائما — حركة الطعن للامام — بالقدم  
 الامامية ، وذلك بهدف الوصول الى هدف الخصم بذبابة السيف من  
 مسافة آمنة بعيدة تتحكم فيها المسافة الشخصية لكل لاعب . ويجب أن  
 تؤدى بدقة وفى سرعة تامة .

## الخطوات التعليمية :

وتبدأ أداء حركة الطعن هذه بفرد الذراع المسلحة من مفصل المرفق في اتجاه أمامي تجاه هدف الخصم بحيث تأخذ الذراع والسلاح اتجاها موازيا للأرض مع ارتفاع بسيط في مقدمة النصل لاعلى مع نقل مركز ثقل الجسم قليلا للأمام والارتكاز قليلا على مشط القدم الامامية ، وفي نفس اللحظة تبدأ فيها القدم الامامية في التحرك في الأخرى للأمام والتي تؤدي برفع القدم قليلا عن الأرض من مفصل الفخذ مع مرجحة بسيطة من مفصل الركبة ودفعا للأمام مسافة الطعن والهبوط بها بحيث يتم لمس الأرض بمنطقة الكعب أولا قبل وضع القدم كلها على سطح الأرض . وفي خلال ذلك يتم فرد الركبة الخلفية التي يجب أن تمتد تماما قبل اللحظة التي تلمس فيها الكعب القدم الامامية الأرض مباشرة مع فرد الذراع الخلفية أيضا في اتجاه خلفي من مفصل المرفق على أن يلاحظ تثبيت قدم الرجل الخلفية على سطح الأرض بقدر الامكان حتى يتاح للقدم الامامية التحرك بالرونة الكافية بالطول المناسب من الناحيتين العضلية والوظيفية .



(شكل ٢٥) خطوات أداء الحركة الانبساطية



(شكل ٢٦) الحركة الانبساطية

### الاطءاء الشائئة :

- ١ - رفء القدم الامامية لاعلى أكءر من اللازم •
- ٢ - ميل الجذء للامام أو الى الخلف أو الى الجانب عند ءحرك القدم الامامية لاءاء الحركة •
- ٣ - ءغير اءجاه الامشاط عند الحركة للءاؤل أو للءارء •
- ٤ - عءم فرء الذراع المسلحة للامام مع بءء حركة القدم الامامية للامام •
- ٥ - عءم النهوط على كعب القدم الامامية فى نهاية حركة الطعن •
- ٦ - وءع كعب القدم الامامية فى وءع أمامى بالنسبة للركبة •
- ٧ - الزحف بالقدم الخلفية للامام أكءر من اللازم •
- ٨ - السقوط لاسفل بمنطقة الحوض بعء الانتهاء من الحركة •

## العودة لوضع الاستعداد :

تتم العودة لوضع الاستعداد بعد أداء الحركة الانبساطية بأحدى طريقتين :

### أ ( العودة للخلف :

يبدأ اللاعب بنقل مركز ثقل الجسم الى الخلف بواسطة ثنى الركبة الخلفية مع التحرك بها للخلف قليلا ورفع الذراع الحرة الخلفية لاعلى مع ثنى مفصل المرفق الخاص بها ، وفى نفس الوقت يتم دفع القدم الامامية للأرض للعودة بها دون زحف الى وضعها الاول الذى كانت عليه فى وضع الاستعداد وفى نفس المكان على وجه التقريب •

### ب) العودة للامام :

فى هذا النوع من العودة ، يبدأ اللاعب بنقل مركز ثقل الجسم للامام على القدم الامامية وذلك بواسطة نقل القدم الخلفية للامام مع ثنى الركبة الخاصة بها بمساعدة الذراع الحرة الخلفية بمرجحتها الى أعلى من مفصل المرفق • يلي ذلك رفع الجسم لاعلى للوصول الى وضعه الطبيعى فى وضع الاستعداد • مع ضرورة مراعاة عودة الجسم الى الاتزان الكامل عند نهاية الحركة حتى يمكن البدء فى أداء أى حركة تالية مناسبة بالشكل السليم والكامل من الناحية الحركية مثل الطعن أو التقدم أو التقهقر وغيره •

بعد قيام اللاعب بالتدريب على حركات القدمين أو بعد انتهائه من الدرس مع المدرب أو بعد الانتهاء من اللعب مع زميل له أو منافس • جرت آداب المباراة وتقاليدها القيام بالتحية الخاصة بالمبارزة قبل مغادرة ميدان اللعب وهى عبارة عن التالى :

## النداء والتجمع وآداء التحية

### النداء :

وتؤدى من وضع الاستعداد وذلك بضرب الارض بمقدمة القدم الامامية مرتين متتائيتين وذلك قبل مد الركبتين للوقوف فى الوضع الاساسى .

### التجمع :

وهو عبارة عن العودة بالقدم الامامية من وضع التحفز الى الوضع الاساسى مع مد الركبتين تماما ووضعهما امام القدم الخلفية بحيث يتلادس الكعبان مكونان زاوية قائمة بينهما ، يلى ذلك خفض السذراع الحرة لاسفل وخلع القناع من على الرأس وحمله بالسذراع الغير مسلحة .

### آداء التحية :

بعد خلع القناع يؤدى اللاعب التحية الخاصة بالسلاح وهى كالتالى شرحها قبل ذلك . ويلي ذلك مصافحة اللاعب لنفسه باليد الحرة .

## الباب الرابع

الفصل الاول :

– أوضاع المبارزة الاساسية .

الفصل الثاني :

– الالتحام – تغيير الالتحام – تكرير الالتحام – غياب الإنصل .

11

12

13

14

15

16

17

# الفصل الأول

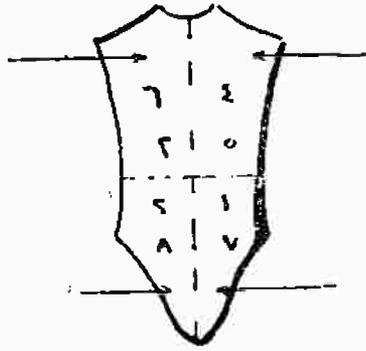
## أوضاع المبارزة

فى صفحات سابقة ، سبق الحديث عن مناطق ومساحة الهدف المحددة لسلاح الشيش طبقا للقانون الدولى للسلاح لتسجيل اللمسات الصحيحة وهى تقع بالطبع على جسم اللاعب المنافس ، وهذه المناطق بصفة عامة تشمل المساحة الصدرية والبطنية من الامام والظهر من الخلف . وبناء على المساحة الاولى الامامية اثبتت وتكونت وتحددت اوضاع المبارزة التى هى فى واقع الامر عبارة عن اتجاهات وخطوط دفاعية أساسا ، ومنها يبدأ الانطلاق بالسلاح للهجوم فى اتجاه الخصم .

وحيث أن مساحة الهدف الامامية على جسم اللاعب تميل الى زيادة فى الطول عنها بالنسبة للعرض ، لذلك كان من الطبيعى أن ينقسم سطح الهدف الى قسمين : قسم علوى وقسم آخر سفلى . وحيث أن وضع الاستعداد بطبيعته يقسم سطح الهدف اعتباريا الى قسمين آخرين الاول أمامى والآخر خلفى وبذلك ينقسم الهدف اعتباريا الى أربعة أقسام ، اثنان منهما علويان والآخران سفليان ، واثنان منهما أماميان واثنان آخرا خلفيان (أنظر شكل ٢٧) .

### أ ( القسم العلوى :

- ١ - قسم علوى أمامى - جهة الذراع المسلحة .
- ٢ - قسم علوى خلفى - جهة الذراع الحرة .



(شكل ٢٧) أقسام الهدف

### (ب) القسم السفلى :

- ١ - قسم سفلى أمامى - أسفل الذراع المسلحة •
- ٢ - قسم سفلى خلفى - أسفل الذراع الحرة •

وبناء على هذا التقسيم الاعتبارى لمساحة الهدف تحددت أوضاع المبارزة واتجاهات خطوط الدفاع التى هى فى الواقع عبارة عن وضع معين له اتجاه فصل خاص به • واختص كل وضع وكل اتجاه بحماية أحد هذه الأقسام ، وذلك على النحو التالى :

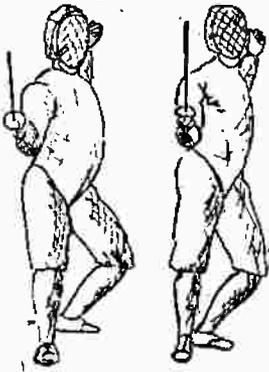
( أ ) القسم العلوى الامامى : يختص بحمايته الوضع السادس والثالث المشتق •

( ب ) القسم العلوى الخافى : يختص بحمايته الوضع الرابع والاول المشتق •

( ج ) القسم السفلى الامامى : ويختص بحمايته الوضع الثامن والثانى المشتق •

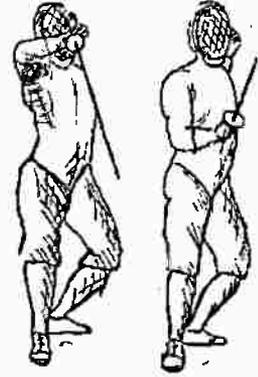
( د ) القسم السفلى الخلفى : ويختص بحمايته الوضع السابع المشتق •

والوضع المذكور أولا يعتبر هو الخط والوضع الدفاعي الاساسى،  
 أما الوضع المقابل له والمذكور فى المرتبة الثانية فهو وضع مشتق وبديل  
 لاوضع الاساسى .



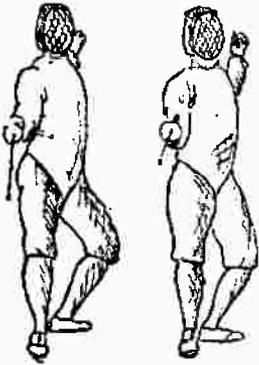
(شكل ٢٩)

الوضع السادس : الثالث



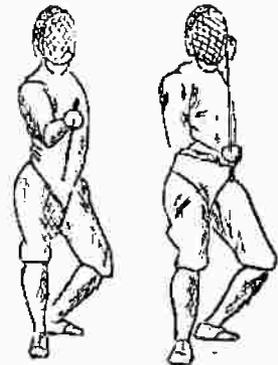
(شكل ٢٨)

الوضع الرابع : الاول



(شكل ٣١)

الوضع الثامن : الثانى



(شكل ٣٠)

الوضع الخامس : السابع

ويجب العلم بأن تلك الازواح الثانية تتبع الطريقة أو المدرسة  
 الفرنسية ، أما المدرسة أو الطريقة الايطالية فتقتصر أوضاع السلاح

بها على أربعة أوضاع فقط ترتبط أيضا بالتقسيم الاعتباري للمهدف وهي الثالث والرابع ، والثاني والسابع ، ولا يوجد هناك فارق كبير بين تلك الالوضاع وأوضاع المدرسة الفرنسية ، والسبب الرئيسي فى اختيار المدرسة الايطالية لتلك الالوضاع كأساس لالوضاع السلاح . ذلك أن تلك الالوضاع تعطى قوة حركة أكثر عند استخدامها وذلك يرجع الى طبيعة المدرسة الايطالية التى تعتمد الى حد ليس باليسير على قوة الأداء الدفاعى وعنفه بصفة عامة .

وهذه الالوضاع لها أهمية كبيرة فى المبارزة حيث أنها تشكل القاعدة الاساسية الاولى للمبارز سواء من الناحية الدفاعية أو الهجومية ذلك أنها البداية والمنطلق والمنبع لاية حركة دفاعية أو هجومية ، وعلى هذا يجب الالهتمام بهذه الالوضاع والتدريب عليها جيدا واتقان اتجاهاتها اتقاننا تماما من الناحية الحركية حتى يسهل على اللاعب الانتقال بسلاحه من وضع لآخر فى يسر ومرونة مما يؤهله الى سرعة اتخاذ الالوضع الدفاعى المناسب ، كما يؤهله ذلك أيضا الى القيام بحركات الهجوم المناسب على أفضل مستوى من حيث الحركة السليمة والتوقيت المناسب

### الخطوات التعليمية لالوضاع المبارزة :

لقد قسمت منطقة المهدف فى سلاح الشيش الى أربعة أقسام، اثنان منهما علويان أمامى وخلفى ، والاثنان الآخران سفليان أمامى وخلفى، وكل قسم من هذه الالاقسام الاربعة يسترشد بها المهدف عند تعليم الناشئ، أوضاع المبارزة المختلفة حيث أن الارتباط بينهما واضح ذلك أن كلامها تكمل الأخرى .

ويتم ذلك على الخطوات التعليمية التالية بالنسبة لكل وضع منها :

## الوضع السادس والثالث :

يوجه المدرب نصل سلاحه مع فرد الذراع المسلحة دون تصلب موجهها الذبابة فى اتجاه منطقة الهدف الامامية العليا مؤديا ذلك بخطوة بقدميه الى الامام .

— يسارع اللاعب فورا بوضع ذراعه ويده المسلحة فى الاتجاه السادس أو الثالث ملتصقا بنصل سلاحه مع نصل سلاح المدرب مبعدا منطقة ذبافته خارج هذه المنطقة من الهدف .

— يعود بعد ذلك المدرب الى الخلف بخطوة للخلف أو يتقهقر اللاعب الى الخلف بخطوة للخلف وهو يؤدي وضع الدفاع تبعا لاوامر المدرب .

## الوضع الرابع والخامس :

— يوجه المدرب فى هذه الحالة نصل سلاحه موجهها الذبابة نحو منطقة الهدف الخلفية العليا مع اتخاذه خطوة للامام .

— يسارع اللاعب بالانتقال بنصل سلاحه من وضعه السابق وفورا الى وضع ذراعه المسلحة فى الاتجاه الرابع أو الاول ملتصقا بنصله مع نصل المدرب مبعدا الذبابة خارج منطقة الهدف هذه .

— تتم العودة بعد ذلك مثل مثيلتها فى الوضع السابق .

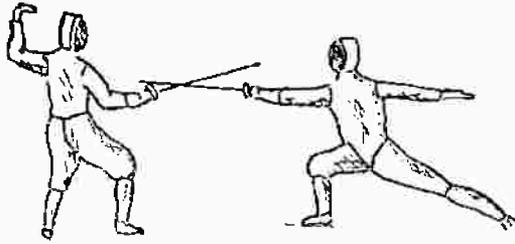
## الوضع الثامن والثانى :

— فى هذه الحالة — واذا كان اللاعب يتخذ أحد الأوضاع ، يوجه المدرب ذبابة سيفه أسفل واقى سلاح اللاعب ونحو منطقة الهدف الامامية السفلى مع اتخاذه خطوة للامام .

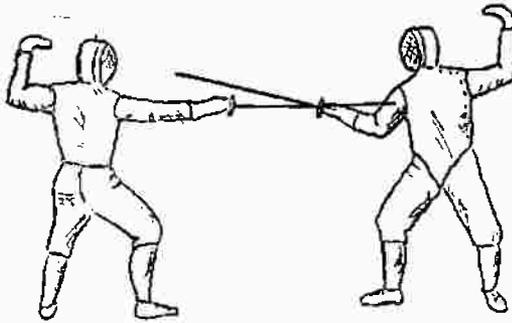
- يسارع اللاعب الى الاتجاه بنصل سلاحه الى أسفل باننصل والاذبابة متخذاً وضع الدفاع الثامن أو الثاني ويلتحم بنصل سلاحه مع نصل سلاح المدرب خارج منطقة الهدف .
- تتم العودة بعد ذلك طبقاً لما سبق ذكره .

### الوضع السابع والاول :

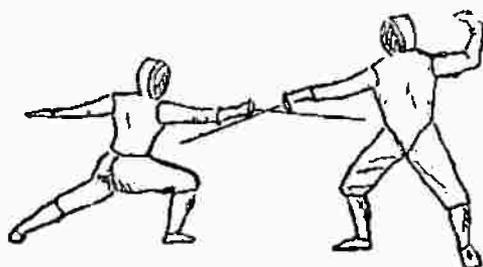
- وأيضاً في هذه الحالة كالوضع السابق ، يوجه المدرب ذراعه المسلحة موجهاً ذبابة سيفه الى أسفل في اتجاه منطقة الهدف الخلفية السفلى مع أخذ خطوة للأمام .



(شكل ٣٢) وضع الدفاع السادس



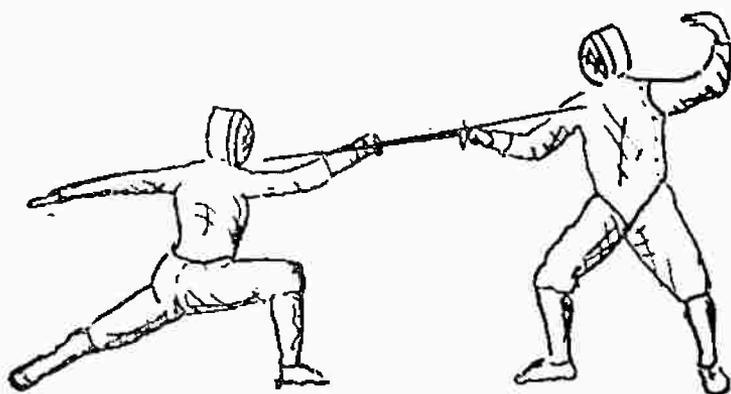
(شكل ٣٣) وضع الدفاع الرابع



(شكل ٣٤) وضع الدفاع الثامن

— يسارع اللاعب بوضع ذراعه ويده المسلحة فى الاتجاه السابع والالتحام مع نصل سلاح المدرب مبعدا ذبابة السيف المهاجمة خارج هذه المنطقة من الهدف •

— تتم العودة بعد ذلك طبقا لما سبق ذكره •



(شكل ٣٥) وضع الدفاع السابع

يسبق هذا التدريب تبصير اللاعب بوضع اليد واتجاه نصل السلاح وكيف يكونا فى كل وضع من أوضاع المبارزة أو كيفية الانتقال بييد والساعد المسلح حركيا من وضع الى آخر سواء من علوى الى علوى أو سفلى الى علوى أو العكس • أو سفلى الى سفلى •

يلى تلك الخطوات التعليمية الخطوة الاخيرة بعد اتقان ما سبق  
وهى عبارة عن أداء كل وضع من الحركة كالآتى :

- ١ — تعليم اللاعب أداء كل وضع أثناء التقهقر الى الخلف .
- ٢ — تعليم اللاعب أداء كل وضع أثناء التقدم للإمام .
- ٣ — تعليم اللاعب أداء كل وضع أثناء العودة لوضع الاستعداد  
بعد الطعن سواء أكانت العودة أمامية أو خلفية . وذلك حتى يتعود  
اللاعب أداء هذه الاوضاع من الثبات ومن الحركة — واستكمالا لعملية  
التوافق بين حركة الذراع وحركة القدمين .

# الفصل الثاني

## الالتحام

المقصود بكلمة الالتحام فى المبارزة هو تلامس نصلى سلاحى اللاعبين المتنافسين عند نقطة ما وفى أحد أوضاع المبارزة السالفة الذكر . ولهذا التلامس أهمية كبيرة فى المبارزة حيث أنه يعطى اللاعب الاحساس العضلى والحساسية التامة لاوضاع واتجاهات نصل سلاح الخصم وتباينها والاحساس بمكانها ، مما يمكنه من معرفة حركة سلاح ذلك الخصم مبكرا وفى وقت مناسب مما يتيح له الفرصة فى اتخاذ الاوضاع المضادة المناسبة التى تحد من خطورة تلك الحركة أو على العكس من ذلك تعطيه الفرصة لاختيار أنسب حركة من حركات الهجوم للهجوم بها على الخصم .

### ١ - الالتحام :

عبارة عن تلامس نصلى سلاحى الخصمين عند نقطة معينة بحيث يتخذ النصلان وضع التقاطع مع بعضهما البعض بزاوية  $٤٥^\circ$  ، ويتم أداء الالتحام فى جميع أوضاع المبارزة التى ذكرت قبل ذلك . فهناك الالتحام فى السادس ، والالتحام فى الرابع أى فى الخطوط العليا ، وهكذا أيضا بالنسبة للاوضاع السابع والثامن أى فى الخطوط السفلى .

### غياب النصل :

والمقصود بغياب النصل هو عدم تلاحم الاسلحة مع بعضها البعض

أى عكس عملية الالتحام . فإذا انفصل النصلان واتخذ كل منهما وضعا واتجاهها مخالف للآخر أو اتخذوا وضعا واحدا دون تلامس بينهما فهذا هو ما يعبر عنه بغياب النصل .

## ٢ - تغيير الالتحام :

عندما يغير اللاعب من وضع واتجاه التحامه مع نصل سلاح الخصم انى وضع واتجاه آخر سواء كان هذا الاتجاه علوى أو سفلى ، يطلق على هذه الحركة تغيير الالتحام . ويتم هذا التغيير من الناحية الحركية بالمرور بالنصل من أسفل نصل سلاح الخصم فى الازواضع العليا ، ومن أعلى نصل سلاح الخصم فى الازواضع السفلى ، مع مراعاة أن يكون مصدر الحركة الرئيسى لهذا التغيير من مشغل رسغ اليد المسلحة .

## ٣ - تكرار الالتحام :

المقصود بهذه العبارة هو تغيير الالتحام أكثر من مرة والعودة الى الوضع الذى كان عليه الالتحام الاول بغرض ارباك الخصم والتمويه عليه حتى يتم أداء الهجوم المنشود ضده وتسجيل اللامسة .

## فوائد الالتحام :

يمكن للاعب الاستفادة من التحام الاسلحة فى الدفاع ضد هجمات الخصم وذلك لمعرفة نوايا الخصم واتجاه هجومه . وكذلك بالنسبة للهجوم أيضا فهو يعطى اللاعب الفرصة فى امكان استخدام حركات الاعداد للهجوم مثل الهجمات النصلية والمسكات النصلية كالربط وخلافه فى تنفيذ خطة هجوم ضد الخصم . ذلك علاوة على امكان عرقلة هجوم الخصم بتغيير اتجاه نصل سلاحه ، عند تغيير الالتحام معه أثناء قيامه بحركة هجوم مما يمكن اللاعب من اتخاذ الوضع المناسب للدفاع ثم الرد

وكل هذه الامور يتمكن اللاعب من آدائها نتيجة للاحساس النصلى لسلاح الخصم عند الالتحام مع نصل سلاحه أو تغيير أو تكرار هذا الالتحام معه حتى تحين الفرصة المناسبة للهجوم اذا كان اللاعب مهاجما وللدفاع اذا كان اللاعب مدافعا .

### الخطوات التعليمية للالتحام :

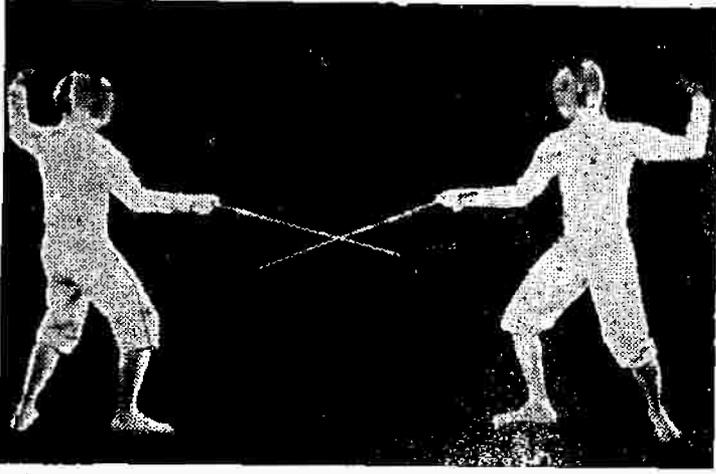
١ — الالتحام فى الازواضع العليا والمنخفضة .

— يوجه المدرب نصل سلاحه وذراعه المسلحة فى حالة انثناء من مفصل المرفق فى اتجاه منطقة الهدف المراد من اللاعب اغلاقها بحركة الالتحام سواء المناطق العليا أو المنخفضة .

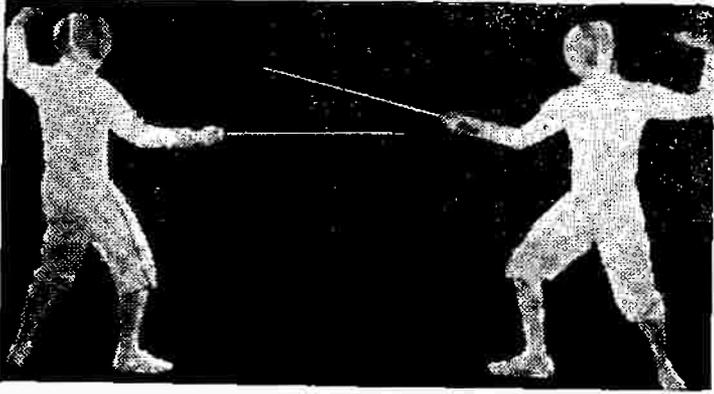
— يقوم اللاعب بتحريك نصل سلاحه نحو اتجاه نصل سلاح المدرب وذراعه المسلحة فى حالة انثناء للامسة نصله فى وضع الالتحام الجديد .



(شكل ٣٦) الالتحام فى الخطوط العليا



(شكل ٣٧) الالتحام في الخطوط السفلى



(شكل ٣٨) غياب النصل

— ينتقل المدرب بنصل سلاحه من اتجاه الى اتجاه آخر ممثلاً  
 ومنوعاً في اتجاهاته ، لينقل خلفه اللاعب بنصل سلاحه من وضع الى  
 وضع آخر متلامساً معه في كل وضع من الثبات لحظة أو لحظات قبل  
 الانتقال لوضع آخر .

— يستمر فى توجيه نصل سلاحه نحو الخطوط العليا والخطوط السفلى حتى يطمئن الى اتقان اللاعب للالتحام السليم فى الاوضاع المختلفة .

— يراعى دائما تقاطع نصلى السلاحين عند المنتصف تقريبا أى عند نقطة متوسطة النحل بزاوية لا تزيد عن  $45^\circ$  على وجه التقريب .

## ٢ — تغيير الالتحام فى الاوضاع العليا والمنخفضة :

— يلتحم المدرب بنصل سلاحه مع نصل سلاح اللاعب فى أحد الاوضاع .

— يقوم المدرب بالضرب الخفيف أو الضغط على نصل سلاح اللاعب فى اتجاه الخط الذى عليه الالتحام أصلا بين نصليهما .

— إذا كان تغيير الالتحام يتم فى الخطوط العليا ، يمر اللاعب بنصل سلاحه بواسطة حركة من مفصل الرسغ أساسا أسفل نصل سلاح المدرب وذراعه المساحة منثنية من مفصل المرفق فى حركة دائرية شبه كاملة .

— بعد انتهاء اللاعب من الدوران بنصل سلاحه حول نصل سلاح المدرب ، يقوم بلامسة الجانب المقابل على الناحية الاخرى لنصل سلاح المدرب ليلتحم به فى الوضع الجديد ، فاذا كان الوضع الاصلى — قبل التغيير — الالتحام السادس ، يتم التغيير للوضع الرابع ، وبالعكس .

وإذا كان التغيير يتم فى الخطوط المنخفضة ، يمر اللاعب بنصل سلاحه من أعلى نصل سلاح المدرب بواسطة حركة من مفصل الرسغ أيضا مع اتباع نفس الخطوات المذكورة عند التغيير فى الخطوط العليا .

### ٣ - تكرار الالتحام :

– يقوم المدرب ، اما بالالتحام مع نصل سلاح اللاعب في أحد  
الاضلاع أو بتغيير الالتحام مع نصل سلاحه الى وضع آخر •

حينئذ - يقوم اللاعب بتغيير التحام مقابل التحام أو تغيير التحام  
سلاح المدرب مع سلاح اللاعب •

– يكرر المدرب تغيير الالتحام الى وضع آخر •

– يقوم اللاعب بتكرار تغيير الالتحام الذى قام به لنفس الوضع  
أو لوضع آخر •

– يتعلم اللاعب بعد ذلك أداء الالتحام على جانبي نصل سلاح  
المدرب ، أو يكرر الالتحام كلما قام المدرب بتغيير التحام مقابل • بمعنى  
أنه فى الحالة الاولى يغير اللاعب من الوضع السادس الى الوضع الرابع  
ثم يغيره من الوضع الرابع الى السادس وهكذا ، وأيضا بالنسبة  
للخطوط السفلى • أما فى الحالة الثانية ، يغير اللاعب الالتحام من  
الوضع السادس الى الرابع • فيقوم المدرب بتغيير الالتحام من الوضع  
الرابع الى الوضع السادس ، ثم يكرر اللاعب تغيير الالتحام من الوضع  
السادس الى الوضع الرابع وهكذا ، وأيضا بالنسبة للخطوط السفلى •

### ملحوظة :

يعطى المدرب توقيت أداء الحركة بتحديدده اما بحركة نصله فقط  
أو بحركة النصل واللفظ الصوتى معا كى يساعد اللاعب على أداء الحركة  
بالتوقيت المناسب وليتعود الاستجابة السريعة للمؤثر الحركى الخارجى •

# الباب الخامس

## الفصل الاول :

- الهجوم من حيث
- التعريف — الاتجاه الحركى — التوقيت الزمنى — النوعية
- التهويشة والغرض منها •
- توقيت السلاح •
- المسافة والمقاس فى سلاح الشيش •

## الفصل الثانى :

- الدفاع من حيث
- التعريف — الاتجاه الحركى — التوقيت الزمنى — النوعية

## الفصل الثالث :

- أنواع الرد من الناحيتين الحركية والتوقيت الزمنى
- تعريف جملة المبارزة وما هيته •



# الفصل الأول

## الهجوم

الهجوم في رياضة المبارزة عبارة عن الحركة أو الحركات التي يبدأ بأدائها حركيا أحد اللاعبين بصفة مسبقة مستندا على عنصر المبادرة والمبادأة بقصد الوصول بذبابة السيف المعدة لتسجيل اللمسات الى سطح هدف اللاعب المنافس وتسجيل اللمسة الصحيحة عليه . وتتصف الذراع المسلحة أساسا بالامتداد في خط مستقيم تجاه هدف الخصم عند القيام بالهجوم مصحوبة بحركة الطعن بالقدم الامامية في سرعة ومرونة دون تردد .

يؤدي هذا الهجوم حركيا عن طريق حركات بدنية ذات أنواع متعددة منها ما يؤدي باستخدام نصل السلاح المهاجم ومنها ما يؤدي بدونها، كما أن لكل حركة طريقة خاصة من حيث الاداء البدني والاتجاه الحركي والتوقيت الزمني الذي يتناسب مع طبيعة الحركة المستخدمة ذاتها .

كما أن الهجوم اذا ما أدى ضد الخصم في عدة واحدة أي بتوقيت سلاح واحد وهو عبارة عن الفترة الزمنية التي تستغرقها أداء حركة سلاح واحدة - يطلق عليه صيغة الهجوم البسيط ، أما اذا أدى ضد الخصم في أكثر من عدة واحدة . أطلق عليه ، الهجوم المركب .

أي أن الهجوم بصفة عامة وشاملة في رياضة المبارزة ينقسم الى

قسمين أساسيين ، لكل قسم منها حركاته الخاصة والمشتقة من بعضها البعض وهما :

(أ) الهجوم البسيط      (ب) الهجوم المركب •

### الهجوم البسيط

وهو عبارة عن أداء الهجوم ضد الخصم باستخدام حركة سلاح واحدة في توقيت زمني واحد مع الطعن للامام بالقدم الامامية في اتجاه الخصم ، وبانتهاء الطعن هذا ينتهي معها الهجوم ، واذا ما تمت تلك الحركة في نفس خط الالتحام مع سلاح الخصم أطلق عليها حركة هجوم مباشرة ، أما اذا ما أدت في خط غير خط الالتحام مع سلاح الخصم (أى الخط المقابل) أطلق عليها حركة هجوم غير مباشرة •

ولذلك نجد أن الهجوم البسيط دون استخدام نصل السلاح في حد ذاته ينقسم الى قسمين من حيث الاتجاه الحركى هما :

#### ١ - هجوم مباشر :

وهو الهجوم الذى يتم في نفس خط الالتحام مع سلاح الخصم وتسمى تلك الهجمة بالطعنة أو الهجمة المستقيمة حيث أنها تتم في خط مستقيم وللامام دون تغيير في اتجاه خط السلاح الذى كان عليه قبل البدء في تنفيذ الهجوم ، وتؤدى في الخطوط العليا أو الخطوط السفلى لاوزاع المبارزة الخارجية أو الداخلية • كما تستخدم هذه الحركة بنجاح في تحقيق تسجيل لمسة ضد الخصم أساسا اذا كان خط الالتحام الخاص بهذا الخصم غير كامل الاغلاق وبه ثغرة مكشوفة أمام نصل سلاح اللاعب المهاجم اللتحم به في نفس الخط •

## ٢ - هجوم غير مباشر :

وهو عبارة عن الهجوم الذى يتم فى خط آخر غير خط الالتحام مع سلاح الخصم قبل البدء فى تنفيذه ، حيث يتم فيه تغيير اتجاه نصل السلاح المهاجم الى اتجاه آخر بالنسبة لخط الالتحام الاول .

ويتم أداء هذا الشكل من الهجوم فى حركتين أساسيتين هما :

أ ) طعنة تغيير الاتجاه • ب) الطعنة القاطعة •

### طعنة تغيير الاتجاه (المغيرة) :

هى احدى حركات الهجوم الغير مباشر ، ويبدأ الأداء الحركى لها أساسا من وضع الالتحام مع سلاح الخصم فى أحد أوضاع المبارزة العليا أو السفلى ، وفيها يتم تغيير اتجاه النصل المهاجم من الاتجاه الخاص بالالتحام الى اتجاه آخر مغاير مع مد الذراع المسلحة والطعن بالقدم الامامية مباشرة فى حركة مستمرة دون توقف ، على أن يتم هذا التغيير من أسفل نصل سلاح الخصم اذا ما كان السلاحان متلاحمين فى أوضاع عليا ، ومن أعلى النصل اذا ما كان فى أوضاع سفلى ، مع ملاحظة أداء هذا التغيير بواسطة أصابع اليد والرسغ فى خفة وسرعة ودقة للتحكم فى توجيه ذبابة السيف نحو الهدف بصورة كاملة •

وتستخدم تلك الحركة بنجاح مضمون فى الحالات الآتية :

١ - اذا ما غالى الخصم فى اغلاق خط الالتحام والضغط على سلاح اللاعب الآخر •

٢ - أثناء تغيير الخصم لخطوط الالتحام أو تكرار هذا التغيير حيث يعد ذلك بمثابة دعوة للمهاجم للهجوم بتلك الحركة •

٣ - تستخدم بعد التمهيد لها باحدى حركات الهجوم على النصل  
أو باحدى حركات المسكات النصلية باستغلال ردود فعل نصل الخصم  
لها •

### الطعنة القاطعة :

وهي احدى حركات الهجوم البسيط الغير مباشر ، ويبدأ الأداء  
الحركى لها أساسا من وضع الالتحام مع سلاح الخصم فى الاوضاع  
العليا للمبارزة ، والواقع أن تلك الحركة تؤدى على ثلاثة مراحل حركية  
متتابعة لا فارق زمنى بينها وتبدأ أولا بسحب الذراع المسلحة وبها السلاح  
الى الخلف عن طريق ثنى الرسغ لاعلى كحركة أساسية مع ثنى الساعد  
من مفصل المرفق لاعلى أيضا كحركة مساعدة الى أن يصبح نصل سلاح  
المهاجم أمام ذبابة نصل سلاح الخصم ، وهنا تبدأ المرحلة الثانية  
بأن يعبر اللاعب المهاجم بنصل سلاحه تلك الذبابة منتقلا من خطاللتحام  
السابق الى الخط المغاير أو المقابل له ، بعد ذلك تبدأ المرحلة الثالثة  
وفيهما يتم مد الذراع المسلحة الى وضعها الاول على استقامة الساعد،  
بلى ذلك الطعن بالقدم الامامية ويراعى عند أداء تلك الحركة أن تتم فى  
اتجاه خلفى أمامى ليس به ميل جهة اليسار أو جهة اليمين حتى يكتب  
لها النجاح وتؤدى بالسرعة والدقة المطلوبتين • وحتى يمكن التغلب على  
مداها الحركى الطويل نسبيا بالنسبة للحركتين السابقتين للهجوم البسيط •

وهناك حالات وأوضاع يمكن أن تستخدم فيها تلك الحركة بشكل  
مضمون وناجح وهي :

١ - اذا كانت الذراع المسلحة للخصم مثنية للخلف أكثر من اللازم  
وذبابة سيفه منخفضة لاسفل نوعا ما • وخاصة اذا ما تم ذلك نتيجة  
لحركة تغيير الالتحام المقابلة لسلاحه •

- ٢ - إذا ما كان الخصم مترددا ويتأثر بسرعة بأية حركة مقابلة .  
 مما سبق يتضح أن للهجوم البسيط أنواع ثلاثة هي :
- أ ( الطعنة المستقيمة .  
 ب) طعنة تغيير الاتجاه ( المغيرة )  
 ج) الطعنة القاطعة

### أ ( الخطوات التعليمية الطعنة المستقيمة

- يلتحم اللاعب بنصل سلاحه فى أحد أوضاع المبارزة مع نصل سلاح المدرب بحيث يتم الالتحام بين نصلى سلاحيهما فى وضع واحد .  
 - يكشف المدرب خط الالتحام الذى عليه النصلان قليلا .  
 - فى هذه اللحظة يقوم اللاعب بفرد ذراعه المسلحة من مفصل اللفق مباشرة الى الامام فى اتجاه خط الالتحام المفتوح موجها ذبابة السيف نحو المنطقة المكشوفة من الهدف .  
 - يتبع حركة فرد الذراع المسلحة الطعن أماما بالقدم الامامية .  
 - يتم أداء الطعنة المستقيمة من جميع الاوضاع الخاصة بالمبارزة، العليا والمنخفضة .

### ب ( الخطوات التعليمية لطعنة تغيير الاتجاه (المغيرة) :

- تبدأ الحركة من وضع الالتحام بين نصلى سلاحى المدرب واللاعب فى أحد الاوضاع اعلى أو سفلى .  
 - يضغط المدرب بنصل سلاحه على نصل سلاح اللاعب فى اتجاه خط الالتحام ضغطة خفيفة نوعا ما بغرض الدعوة الى الحركة .

— فى تلك اللحظة يقوم اللاعب بتحريك نصل سلاحه من أسفل نصل المدرب اذا كان النصلان فى خط التحام علوى ومن أعلى النصل اذا ما كانا فى الخط السفلى ويتم ذلك حركيا بواسطة أصابع ومفصل رسغ اليد المسلحة •

— يلى ذلك مد الذراع المسلحة للامام فى خط مستقيم من مفصل المرفق هوجها ذبابة السيف نحو الهدف دون تردد •

— يتبع ذلك الطعن بالقدم الامامية للامام فى توافق وسرعة •

— يطبق اللاعب الخطوات السابقة عند آدائه لهذه الحركة من جميع أوضاع السلاح العليا والسفلى •

### ج) الخطوات التعليمية لحركة الطعنة القاطعة

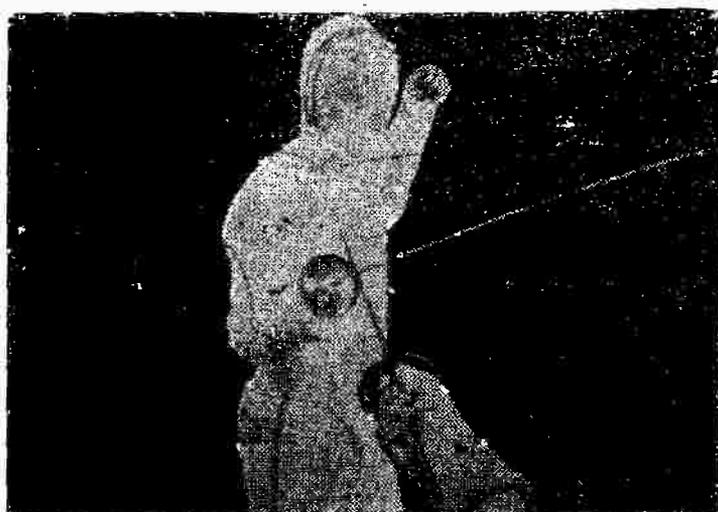
— يلتحم نصل كل من المدرب واللاعب فى أحد الأوضاع العليا •

— يقوم المدرب بتغيير الالتحام مع سحب ذراعه المسلحة الى الخلف قليلا مع الهبوط بنصل سلاحه لاسفل بعض الشيء •

— يسحب اللاعب نصل سلاحه الى الخلف بحركة خلفية من مفصل رسغ اليد المسلحة يليها ثنى مفصل المرفق للذراع المسلحة الى الخلف قليلا حتى يصل نصل السلاح أمام ذبابة سلاح المدرب •

— ينقل اللاعب نصل سلاحه بعد ذلك الى الاتجاه المقابل لاتجاهه

• الاول

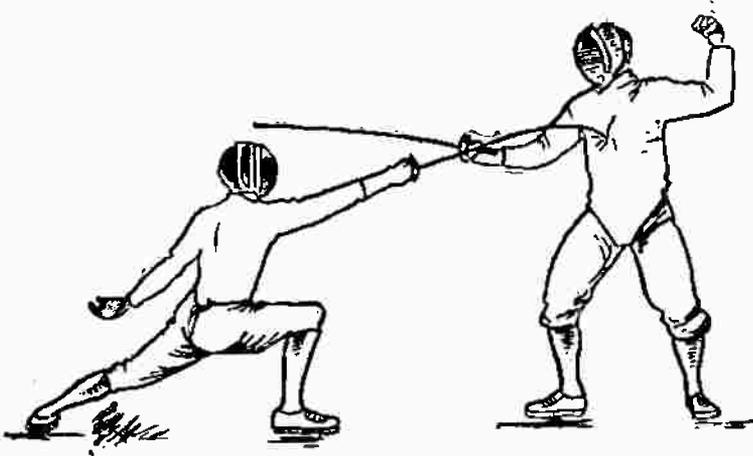


(شكل ٣٩) الطعنة المستقيمة

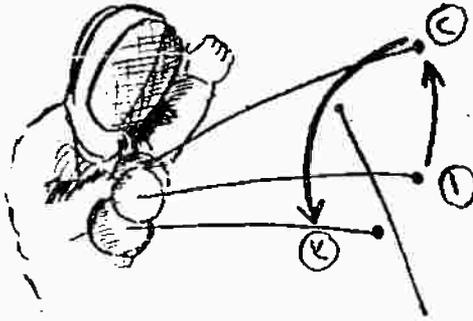
- يفرد اللاعب ذراعه المسلحة الى امام من مفصل المرفق فى الاتجاه الجديد حتى نصيح الذراع ونصل السلاح متجهين فى اتجاه الهدف •
- يثبت اللاعب ذراعه المسلحة فى اتجاه الهدف ثم تؤدى حركة الطعن أماما •
- يؤدى اللاعب هذه الحركة من الوضعين السادس والثالث والرابع والخامس ، أى فى الخطوط العليا بتوجيه من المدرب اثناء التدريب •

#### التهويشة :

قبل أن نبدأ فى الحديث عن النوع الآخر من الهجوم وهو الهجوم المركب يجب أن نبدأ أولاً فى الحديث عن الحركات الخداعية أو التهويشات التى تشكل الخطوة الاولى أو بعبارة أدق الاساس الاول للهجوم المركب والتى بدونها لا يأخذ ذلك الهجوم هذا الاسم • فما هو المقصود بالتهويشة أو الحركة الخداعية ؟



(شكل ٤٠) طعنة تغيير الاتجاه



(شكل ٤١) الطعنة القاطعة

المقصود بها القيام بأداء حركة أو أكثر من حركات السلاح بالذراع المسلحة وباستخدام نصل السلاح في اتجاه الخصم ، ليس الغرض منها الهجوم الرئيسي والنهائي ضده وتسجيل اللمسة ، ولكن الغرض منها جذب انتباهه الى اتجاه معين وخداع أوضاع دفاعه ودفعه الى الانتقال بسلاحه من وضع لآخر مما يتيح الفرصة لفتح ثغرات في خطوط دفاعه أثناء هذا الانتقال مما يمكن اللاعب المهاجم من اختيار الثغرة المناسبة للدخول منها الى سطح الهدف بذبابة سيفه وتسجيل اللمسة ما لم يتمكن ذلك الخصم من الدفاع أمام الحركة الأخيرة للهجوم .

وهذه الحركة أو الحركات التي تستخدم فى الخداع والتهوئش عند أداء الهجوم المركب لا تخرج فى واقع الامر عن احدى حركات الهجوم البسيط المباشرة وغير المباشرة حيث تؤدى فى تلك الحالة بالذراع المسلحة فقط دون استخدام حركة الطعن ، كما أنها دائما تسبق حركة الهجوم الرئيسية التى تستهدف تسجيل اللسة •

#### ١ - تهوئشة الطعنة المستقيمة •

وإذا ما تمت باستخدام طعنة تغيير الاتجاه أطلق عليها :

#### ٢ - تهوئشة طعنة تغيير الاتجاه

وإذا ما تمت باستخدام الطعنة القاطعة أطلق عليها :

#### ٣ - تهوئشة الطعنة القاطعة

وللعلم هناك طرق أخرى للخداع والتهوئش غير الخداع بواسطة الذراع المسلحة وهى ما يطلق عليها ، التهوئش بالثبات والغطس والسيح والعرض منها جذب انتباه الخصم اليها وانشغاله بها بينما يتمكن اللاعب من أداء حركة الهجوم المؤثرة فى غفلة منه •

وهنا نستطيع - بعد أن تم ايضاح ما يسمى بالخداع والتهوئش -

أن نتحدث عن الهجوم المسمى بالهجوم المركب •

### ب ( الهجوم المركب :

مما سبق يتضح أن الهجوم المركب عبارة عن الهجوم على الخصم وذلك بمحاورنه بعدة حركات هجومية بأكثر من توقيت سلاح واحد، بحيث تشكل الحركات السابقة لحركة الهجوم الاخيرة الرئيسية ، عناصر الخداع والتهوئش لحركات دفاع الخصم •

ويمكن تفسير التحليل الحركى للهجوم المركب على أنه عبارة عن حركة هجوم بسيطة تسبقها حركة تهويش بالذراع المسلحة أو أكثر متمثلة فى احدى أو بعض حركات الهجوم البسيط يتخللها دفاع أو أكثر مخدوع من جانب الخصم .

أما من ناحية الاداء الحركى للهجوم المركب نجد أنه يمكن أن يتكون من حركات خداع تختلف فى طريقة آدائها عن حركة الهجوم الاخيرة الرئيسية ، مثال ذلك :

— تهويشة طعنة مستقيمة ، يقابلها دفاع مخدوع ، ثم طعنة قاطمة  
— تهويشة طعنة مستقيمة ، يقابلها دفاع مخدوع ، ثم طعنة تغيير الاتجاه .

— تهويشة طعنة تغيير الاتجاه ، يقابلها دفاع مخدوع ، ثم طعنة قاطمة .

— تهويشة طعنة قاطمة ، يقابلها دفاع مخدوع ، ثم طعنة تغيير الاتجاه .

وهكذا يمكن تركيب عدة مجموعات لهذا النوع من الهجوم المركب .  
أما النوع الاخر فهو يتكون من حركات خداع تتشابه مع حركة الهجوم الاخيرة أو بمعنى أدق وأوضح وهو استخدام حركة التهويش التى هى نفسها المستخدمة فى الهجوم الرئيسى ولكن فى الاتجاه المعاكس والمقابل لحركة التهويش السابقة وهذا النوع يحتل المكانة الاولى فى موضوع الهجوم وهو يتكون من نوعين رئيسيين هما :

أ ( المحاورة بحركة سلاح واحدة بتغيير الاتجاه .

ب) المحاورة بأكثر من حركة سلاح واحدة بتغيير الاتجاه مرتين .

## ١ - المحاورة بحركة سلاح واحدة بتغيير الاتجاه :

وهى عبارة عن استخدام حركة تغيير الاتجاه مرة واحدة فى خداع وضع دفاعى أفقى (وهو أحد أنواع الدفاع من الناحية الحركية) • أو خداع دفاع دائرى (وهو أيضا أحد أنواع الدفاع من الناحية الحركية) على أن يتم الهجوم النهائى والرئيسى بالحركة الثانية مباشرة • من ذلك نستطيع أن نحدد الهجومين المركبتين الخاصتين بهذا النوع وهما :

### أ ( الهجمة العددية ١ ، ٢ :

وهى عبارة عن القيام بأداء حركة تغيير الاتجاه من وضع الالتحام مع سلاح الخصم فى أحد الاوضاع بغرض خداع دفاع أفقى يقوم به، يلي ذلك أداء حركة تغيير للاتجاه الثانى من جانب اللاعب المهاجم فى اتجاه الخط الذى كان يتم فيه الالتحام قبل أداء الحركة الاولى لتغيير الاتجاه الاول •

### ٢ - الهجمة المزدوجة :

تؤدى هذه الهجمة فى أفضل حالاتها عندما يقوم الخصم بتغيير خط الالتحام من وضع علوى الى وضع آخر ، ففى أثناء تغيير الخصم لخط الالتحام مع اللاعب الاخر ، يستطيع هذا الاخير القيام بأداء حركة تغيير للاتجاه مع مد ذراعه المسلحة للامام بهدف خداع دفاعه الدائرى وهنا يقوم المهاجم بأداء هجمة تغيير الاتجاه التالية فى نفس خط اتجاه حركة تغيير الاتجاه الاول واستكمالوا بحركة الطعن مباشرة فى اتجاه هدف الخصم •

أى انها عبارة عن :

تهويشة تغيير الاتجاه ، يقابلها دفاع دائرى مخدوع ، ثم تغيير اتجاه فى نفس خط تغيير الاتجاه الاول • يلي ذلك الطعن أماما •

ولاداء هذه الهجمة بشكل ناجح يجب أن يتم أداء حركة تغيير الاتجاه الاولى بحيث يكون نصل السلاح قريبا جدا من نصل المدافع مع الارتفاع بذبابة نصل المهاجم الى أعلى حتى يتم ارغام واجبار الخصم الى أداء الدفاع الدائرى أمام حركة تهويشة تغيير الاتجاه •

ب) المحاورة بأكثر من حركة سلاح واحدة بتغيير الاتجاه مرتين :

وهى عبارة عن هجمة عددية أخرى تسمى :

١ ، ٢ ، ٣ :

وفى هذا النوع من الهجوم المركب ، يستخدم اللاعب حركتين لتغيير الاتجاه فى اتجاهين متعايرين بهدف خداع دفاعين أفقيين للخصم، ثم يؤدي حركة تغيير اتجاه ثالثة التى تتم فى نفس خط اتجاه حركة تغيير الاتجاه الاولى التى قام بها فى أول هجمة ، أى انها تتم بالشكل التالى :

تهويشة تغيير اتجاه، يقابلها دفاع أفقى مخدوع ، ثم تهويشة تغيير اتجاه ثانية ، يقابلها دفاع أفقى مخدوع ، ثم حركة تغيير اتجاه ثالثة تشكل الهجوم الرئيسى الهادف الى تسجيل لمسة ضد الخصم •

أما من حيث الدفاعات الخاصة بتلك الحركات المكونة للهجوم المركب فيمكن سردها كالتالى بالنسبة لكل نوع منها حتى يكون الامر أكثر وضوحا بالنسبة للقارئ •

أ٠ — بالنسبة لحركة الهجوم المركب ١ ، ٢

عبارة عن دفاع أفقى + دفاع أفقى

أو دفاع أفقى + دفاع دائرى

ب) بالنسبة لحركة الهجوم المزدوجة :

عبارة عن دفاع دائرى + دفاع دائرى فى نفس الاتجاه  
أو دفاع دائرى + دفاع أفقى فى اتجاه مغاير

ج) بالنسبة لحركة الهجوم ١ ، ٢ ، ٣

عبارة عن دفاع أفقى + دفاع أفقى + دفاع أفقى  
أو دفاع أفقى + دفاع أفقى + دفاع دائرى

ويراعى دائما عند استخدام الهجوم المركب ، عدم الاكثار من حركات الخداع والتهويش وتعددتها حتى لا تفقد قيمتها الاصلية وينتفى الغرض من استخدامها • والافضل ألا تزيد عن حركة أو اثنين قبل القيام بحركة الهجوم الرئيسية ، كما يجب عند الاداء الحركى له مراعاة الاتى :

١ - وضع نصل السلاح فى الاتجاه المطلوب أداء الخداع خلاله مع امتداد الذراع المسلحة بالقدر المناسب لاجبار الخصم على اتخاذ موقف دفاعى معين •

٢ - عدم تحرك جسم اللاعب للامام عند أداء حركة السلاح الخادعة وقبل الشروع فى تنفيذها حتى لا يعتبر ذلك تنبيها للخصم الى أن هناك حركة هجوم سوف يقوم بها اللاعب المنافس له •

٣ - الحرص دائما على أداء الحركة سواء أكانت الخادعة أو الرئيسية فى الهجوم باستخدام أصابع ورسغ اليد المسلحة فى مجال حركى ضيق حتى يتم أداء الهجمة ككل فى وقت قصير وبالسرعة المطلوبة لنجاحها •

أ) الخطوات التعليمية للهجمة العددية ١ ، ٢ :

— يلتحم كل من المدرب واللاعب فى أحد أوضاع المبارزة •  
— يؤدى اللاعب حركة تغيير الاتجاه فى اتجاه احدى مناطق الهدف المناسبة مع امتداد الذراع المسلحة دون تصلب •

– فى الوقت الذى يتحرك فيه سلاح المدرب نحو اتخاذ موضع الدفاع المناسب يقوم اللاعب بأداء حركة تغيير الاتجاه الثانية للعودة الى الاتجاه الاول الذى كان عليه نحل سلاحه مثل الحركة الاولى لتغيير الاتجاه مع مد الذراع أكثر وتوجيه ذبابة السيف بدقة نحو الهدف •

– يلى ذلك مباشرة دون توقف أداء حركة الطعن للامام •

• يتم أداء هذا النوع من الهجوم المركب من جميع أوضاع المبارزة •  
**(ب) الخطوات التعليمية للهجمة العديدة ١، ٢، ٣ :**

– تتم نفس الخطوات السابقة حتى تغيير الاتجاه الثانى ؛ حيث يقوم المدرب باتخاذ وضع الدفاع (المخدوع) أمام حركة تغيير الاتجاه الثانية •

– يقوم اللاعب بأداء حركة تغيير الاتجاه الثالثة ليعود بنصل سلاحه فى اتجاه حركة تغيير الاتجاه الاولى •

– يلى ذلك تثبيت ذراعه المسلحة نحو الهدف واستكمال الهجوم بحركة الطعن أماما •

– يودى هذا النوع من الهجوم المركب من جميع أوضاع المبارزة •  
**(ج) الخطوات التعليمية للهجمة المزدوجة :**

– يقوم المدرب أولا بمحاولة تغيير وضع واتجاه الالتصام مع سلاح اللاعب •

– وفى هذه اللحظة يهرب اللاعب من هذه المحاولة بالافلات بنصل سلاحه والدوران حول نصل سلاح المدرب مع فرد ذراعه المسلحة

للإمام والارتفاع بذبابة السيف قليلا لاعلى مؤديا بذلك حركة تغيير الاتجاه .

- يقوم المدرب بمحاولة الالتحام معه مرة ثانية في نفس الوضع أو الدفاع ضد حركة تغيير الاتجاه هذه بدفاع دائرى .
- وفى تلك اللحظة أيضا يتفادى اللاعب هذه المحاولة الدفاعية ويفلت بنصل سلاحه للمرة الثانية ممتدا بذراعه المسلحة بشكل أكثر وموجها ذبابة السيف نحو الهدف .
- يتبع اللاعب حركة السلاح الاخيرة بحركة الطمن أماما .
- تؤدى تلك الخطوات فى جميع أوضاع المبارزة العليا والسفلى .

بعد أن تحدثنا فى الحديث السابق عن الهجوم فى المبارزة ونوعيته من حيث الاتجاهات الحركية وطرق الأداء ، وقبل أن نبدأ فى الحديث عن الخواص الاخرى التى تتعلق بحركات المبارزة . يجدر بنا أن نتكلم عن العلاقة الوطيدة بين عنصر الزمن وعنصر الحركة فى المبارزة ، هذه العلاقة التى تكون ركنا أساسيا له الاعتبار الاول الى حد كبير فى تقييم الحركة وتحديد أسبقيتها من الوجهة القانونية ، هذه العلاقة يطلق عليها فى رياضة المبارزة توقيت السلاح .

### توقيت السلاح

عبارة عن الوقت اللازم لأداء حركة سلاح واحدة بسيطة ، ذلك أن كل حركة يؤديها اللاعب تستغرق منه فترة زمنية محدودة ، كما أنه كلما قلت هذه الفترة الزمنية التى يتم خلالها أداء حركة السلاح كلما كان الوقت أسرع وذلك أفضل حيث أن ذلك يحقق هدفين ، الاول أن الحركة تتم فى سرعة أكبر ، والسرعة مطلب هام فى المبارزة ويجب العمل على

تتميته لدى اللاعب باستمرار ، والهدف الثانى يحقق للاعب الاسبقية الحركية أمام منافسه أثناء المباراة ، وذلك مطلب قانونى نص عليه القانون الدولى للسلاح عند احتساب اللمسات المسجلة وأى اللاعبين أحق باحتساب اللمسة لصالحه ، وهو ما يطلق عليه فى القانون «أسبقية اللمسات» •

من هذا التفسير المبسط يبرز لنا أهمية الدور الذى يلعبه هذا التعبير الخاص بتوقيت السلاح فى المباراة وأثره الهام على حركة السلاح ونتيجتها التى تدخل فى الاعتبار والاحتساب من الوجهة القانونية •

### المسافة أو المقاس فى المباراة

نظرا لان رياضة المباراة فى مفهومها العام عبارة عن نزال بالسيوف بين فردين يقفان متواجهين كل منهما أمام الآخر وفى مواجهته وعلى مسافة طولية منه • ونتيجة لذلك نشأ على الطبيعة عنصر من العناصر التى تتعلق بالمبارزة وهو عنصر المسافة أو المقاس بين اللاعبين المتنافسين • هذه المسافة تختلف من شخص لآخر أى أنها تعتبر شخصية خاصة به تتحدد أساسا تبعا لطوله أو قصره وبمدى قدرته على الحصول على أطول مسافة ممكنة عند أداءه لحركة الطعن للإمام ، كما يدخل أيضا فى تحديدها مدى طول وامتداد الذراع المسلحة للاعب • ذلك أن اللاعب اذا ما أراد أن يصل بذبابة سيفه الى هدف الخصم ليسجل عليه لمسة ناجحة ، يجب عليه أن يتخذ مكانه على بعد مناسب من خصمه يتناسب مع قدراته من حيث الطول والقصر ومن حيث القدرة الحركية قبل أن يبدأ فى أداء حركة الهجوم التى يرغب فى أدائها ضمنا للنتيجة المرجوة منها ويجب العلم بأن مسافة المباراة لا تنحصر أهميتها فى الهجوم فقط، بل لها نفس الأهمية أيضا فى الدفاع خاصة عند استخدام حركة الرد لتسجيل لمسة ضد الخصم المهاجم •

أما كيف يتم ضبط المسافة فيتم ذلك باستخدام حركة التقدم أو حركة التقهقر والحركات المشتقة منها ، فإذا كانت المسافة كبيرة ، ضبطت بالحركة الامامية ، وإذا كانت العكس ضبطت بالحركات الخلفية، لذلك يجب على كل لاعب أن يتعرف جيدا مسافة المبارزة الخاصة به أثناء التدريب وبالتدريب المتواصل الواعى حتى ينمى الاحساس الكامل بها المنتصف بالتلقائية والتقدير الحسن .

من خلال هذا الشرح نستطيع أن نستنتج أن هناك مسافة مناسبة وهناك مسافة غير مناسبة فالمسافة المناسبة تعتبر المسافة التى تناسب اللاعب للقيام بالهجوم ضد الخصم فى المكان الذى هو عليه فى مواجهة الخصم . أما المسافة الغير مناسبة فهى المسافة التى تحتاج الى تعديل وضبط سواء بالتقدم بالقدمين أو التقهقر بهما ومشتقاتهما .

تبعا لذلك يمكن أن تتحدد مسافة المبارزة على الوجه التالى .

## ١ - مسافة عادية :

تلك المسافة هى المسافة المناسبة التى منها يستطيع المهاجم الوصول الى اصابة الخصم باستخدام حركة الطعن للامام من المكان الذى كان عليه فى الاستعداد دون تعديل .

## ٢ - مسافة طويلة :

هذه المسافة تعتبر مسافة غير مناسبة للقيام بالهجوم ضد الخصم حيث أنها لا تؤدى الى اصابته نظرا للبعد الكبير بين ذبابة السيف المهاجمة وبين الهدف على جسم اللاعب . فهذا النوع من المسافة يحتاج من اللاعب الى أن يتقدم بقدميه للامام مرة أو أكثر حتى يصل الى المسافة العادية المناسبة والمؤثرة قبل القيام بالهجوم .

### ٣ - مسافة قصيرة :

وتدخل هذه المسافة ضمن المسافات الغير مناسبة حيث أنها لا تؤدي الى اصابة الخصم عند مد الذراع المسلحة فقط ، لذلك فهي تحتاج الى استخدام حركة الخطوة للامام للوصول الى الهدف والدخول الى ما يتحقق بأقصر مسافة .

### ٤ - أقصر مسافة :

هذا النوع من المسافة يدخل تحت المسافة المناسبة من زاوية الذراع المسلحة فقط دون حركة من القدمين أماما أو خلفا ، وهي التي تؤدي الى تسجيل الاصابة بمد الذراع المسلحة فقط للامام ، كما أن هذه المسافة هي المسافة الخاصة بحركة الرد على هجوم الخصم من الثبات .

وقبل أن نأتى الى نهاية الحديث فى هذا الموضوع ، يجب أن نتذكر ونعلم جيدا أن لكل نوع من الاسلحة الثلاثة المسافة الطولية الخاصة بها نظرا لاختلاف مناطق الهدف من حيث المساحة والبعد عن ذبابة السلاح او طريقة تسجيل اللمسات كما فى سلاح السيف . ولذلك فلكل نوع تعريف خاص به يمكن اجماله فيما يلى :

#### ( أ ) المسافة والمقاس فى سلاح الشيش

تحدد المسافة فى سلاح الشيش بالبعد الطولى الموازى للارض بين ذبابة سيف اللاعب ومسطح أقرب مساحة من منطقة الهدف على جسم المنافس القانونية وهي (الصدر والبطن) .

#### ( ب ) المسافة والمقاس فى سلاح سيف المبارزة

حيث أن مناطق الهدف فى هذا السلاح تتحدد بجسم اللاعب كله

بما فيه الذراع المسلحة الممتدة اماما بعيدا عن الجسم لذلك تتحدد المسافة  
بالبعد الطولى الموازى للارض بين ذبابة سيف اللاعب وأقرب جزء من  
قبضة اليد المسلحة للاعب المنافس .

### (ج) المسافة والمقاس فى سلاح السيف

نظرا لدخول النصف العلوى من الجسم كله بأطرافه فى نطاق  
الهدف المحدد فى هذا النوع من الاسلحة التى تتمثل فى الذراعين  
والرأس ، لذلك نجد أن تلك المسافة تتشابه الى حد كبير مع المسافة  
الخاصة بسلاح المبارزة ، حيث أن المسافة هنا تقاس ببعد ذبابة السيف  
وحد النصل القاطع الخاص به عن أقرب جزء أو مساحة من قبضة اليد  
المسلحة .



# الفصل الثانى

## الدفاع

الدفاع فى المبارزة بصفة عامة عبارة عن الاتجاهات والاضاع التى يلجأ اليها اللاعب والمدافع حتى يتمكن من منع أو دفع أو تحويل ذبابة نصل سلاح المهاجم من أن تصل الى الهدف وتسجيل اللمسات عليه ، حيث أن الدفاع دائماً يسبقه هجوم من جانب اللاعب المنافس .والحقيقة التى ترتبط بأسلوب الدفاع من زاوية التطبيق العملى لا تخرج فى أساسها عن نوع المقاومة التى يقابل اللاعب المدافع حركة نصل سلاح اللاعب المهاجم ، هذه المقاومة يتم تنفيذها عمليا باستخدام احدى طريقتين من حيث الأداء الحركى •

**الاولى :** عبارة عن الدفاع بالضرب

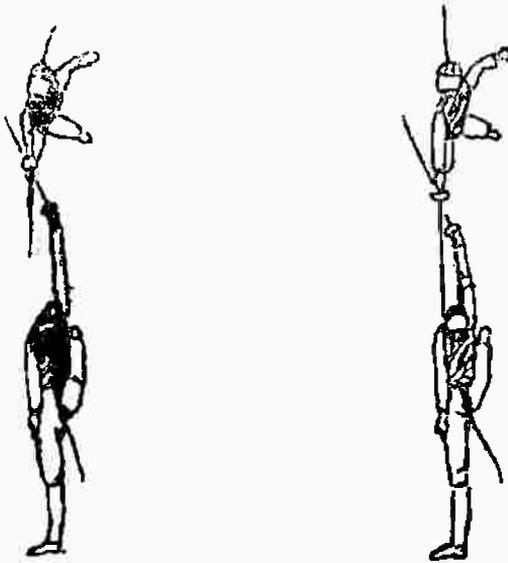
**الثانية :** عبارة عن الدفاع بالمعارضة أو التعارض

والاتجاه السائد الآن يميل ويعضد بشدة طريقة الدفاع بالمعارضة لأسباب فنية كثيرة ، خاصة بعد استخدام السلاح الكهربائى رسميا فى المبارزة • ذلك أن التجارب والخبرات أثبتت أن طريقة الدفاع بالضرب لا يتم باستخدامها فى الغالب اغلاق الخط أو الاتجاه الذى هوجم اغلاقا تاما مما يجعل صفة الدفاع الغير كامل هى الغالبة والمميزة له وتكمن الخطورة فى اداء حركة تكملة الهجوم المباشرة ، قد برهنت نجاحها اذا ما استخدم اللاعب المدافع هذه الطريقة فى الدفاع ، كما أن جهاز

التسجيل الكهربائى لا يقوم باحتساب الوقت الذى يمر بين الهجوم وحركة التكملة من جانب اللاعب المهاجم مما يجعلها فى كثير من الاحيان تصل فى نفس الوقت أو قبل الوقت الذى تصل فيه حركة الرد المباشر من جانب اللاعب الذى قام بالدفاع بهذه الطريقة ، واذا ما تم ذلك يتضح لنا أن ذبابة السلاح المهاجم لم تبتعد بما فيه الكفاية عن خط سيرها نحو الهدف كما يثبت لنا أيضا أنه لم يكن هناك دفاع كامل أمام هذا الهجوم ، ومن المسلم به أن طريقة الدفاع بالضرب يتسبب عنها فعلا ازاحة كبيرة لنصل سلاح المهاجم ، كما أن النصل الكهربائى الاكثر وزنا يسبب ازاحة أكبر ، ولكن الشد الزائد على قبضة اليد من أجل الاقلال من هذه الازاحة ، يؤدى الى افلات زمام السيطرة على السلاح المدافع وابتعاده كثيرا عن حدود الهدف الذى يدافع عنه . هذا العيب يظهر بوضوح اذا كانت طريقة اللاعب فى الدفاع لا تسمح بايقاف الحركة القاذفة للذراع المسلحة فى الوقت المناسب عند حدود منطقة الهدف بطريقة سليمة . ومن حيث التوقيت الخاص بسلاح الشيش الذى يضع فى الاعتبار (أثناء تحكيم المباراة) أسبقية الحركة قبل أسبقية تسجيل اللمسات ، وعلى ذلك كثيرا ما يؤدى ذلك الى اعتبار حركة الرد المباشر متأخرة الأداء من الناحيتين الحركية أولا والزمنية ثانيا .

وعلى النقيض من ذلك ، فان طريقة الدفاع بالمعارضة أو التعارض التى تؤدى بدقة وانتقان ، تعمل عمليا على اغلاق خط اتجاه الهجوم تماما ، وتحجز نصل سلاح الخصم فى مكانه وتعوقه عن الحركة ، كما تحكم السيطرة عليه حتى اتمام أداء حركة الرد . وتظهر فاعلية هذه الطريقة فى الدفاع بدرجة كبيرة عند مواجهة حركة تكملة الهجوم من جانب المهاجم وهى على وشك التنفيذ . ذلك أنه فى هذه الحالة ، يصبح من الافضل للاعب المدافع من الناحية العملية والتطبيقية أن يستخدم حركة

دفاع دائرى أو حركة ربط ، ولا يمكن أداء مثل هذه الدفاعات الا باستخدام طريقة الدفاع بالمعارضة كما أن التحيز لحركة تكملة الهجوم وتكراره وأثرها الفعال عند استخدام السلاح الكهربائى تجعل من الضرورى على المدافع السيطرة على نصل سلاح المهاجم أثناء قيامه بالرد عليه ، ويتضح من ذلك أن القدرة على أداء حركة بعد الدفاع بالمعارضة صفة فنية يجب على اللاعبين الحصول عليها بدرجة كبيرة من الاتقان . وعلاوة على هذا فان هذه الطريقة فى الدفاع تعطى للاعب المدافع الاحساس الحركى لنصل سلاح الخصم والقدرة على التنبؤ بنواياه الهجومية التالية والاستعداد لها بالحركات المضادة المناسبة .



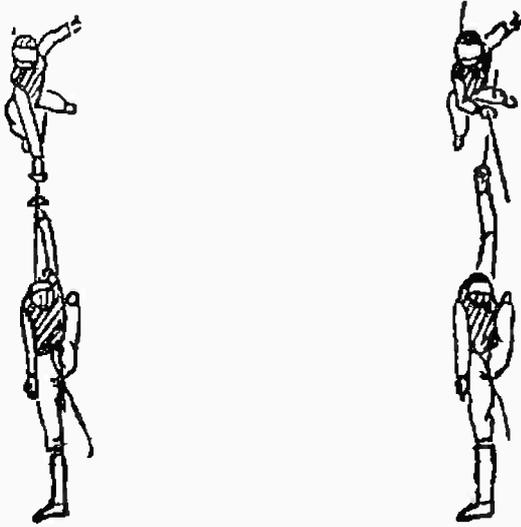
شكل (٤٢) الدفاع السادس بالتعارض مع الرد

ولقد كان معروفا فى الماضى القريب طريقتان لاداء حركة الرد بعد القيام بالدفاع .

**الاولى** - الرد المعارض وهو الذى يتم بملامسة نصل سلاح الخصم  
أطول فترة ممكنة .

**والثانية** - الرد المتباعد وهو الذى يتم فور ملامسة نصل سلاح  
الخصم المهاجم .

ويؤدى الاول بعد القيام بآداء الدفاع بالمعارضة . أما الثانى :  
يؤدى بعد آداء الدفاع بالضرب . وكان الامر يسير على هذا المنوال .  
أما الآن فلقد اتضح أن استخدام طريقة الدفاع بالمعارضة لا تعوق تنفيذ  
الرد المتباعد أيضا أى أن كلا الردين يمكن آداؤهما بعد الدفاع  
بالمعارضة فى حين أن الدفاع بالضرب لا يسمح الا بالرد المتباعد .



(شكل ٤٣) الدفاع الرابع بالتعارض والرد

ولذلك فإن الدفاع بالمعارضة الآن أصبح له الافضلية فى الاعتبار  
عن الطريقة الاخرى نظرا للاعتبارات العملية الهامة السابق ذكرها .

وبالرغم من ذلك يجب ألا نقتل من أهمية طريقة الدفاع بالضرب فى بعض الاحيان •

وهناك أيضا طريقة أخرى توقف أثر حركة تكملة الهجوم وهى الدفاع المضاعف أى تكرار حركة الدفاع أكثر من مرة أو اعادته بطريقة أخرى فى نفس الاتجاه • وهذه الطريقة هى السائدة فى حالات التعليم والتدريب الاوروبية وله أشكالاً متعددة والهدف منه القيام بالدفاع ضد حركة تكملة الهجوم وحركة تكرار الهجوم معا قبل القيام بحركة الرد •

مما سبق يتضح بشكل قاطع أن حركة الرد ترتبط ارتباطاً كلياً بحركة الدفاع والطريقة المتبعة فى آدائه ، كما أن الدفاع يرتبط أيضاً على نفس المستوى بحركة الهجوم التى يقوم بها الخصم من حيث النوع والاتجاه وطريقة الاداء والتوقيت الذى يتم عليه آدائه •

وفيما يتعلق أيضاً بموضوع الدفاع فى المبارزة ، نجد أن نصل السلاح غالباً ما يستخدم فى تحقيق الهدف المستفاد منه ، ونادراً ما تستخدم حركات التفهق كمنوع من الدفاع ، كما أن حركات الدفاع على اختلاف أنواعها تؤدى بصفة عامة بالجزء القوى من النصل مع مراعاة السيطرة الكاملة على السلاح بقبضة اليد بدرجة كافية للقيام بالرد أو أى حركة مناسبة • ومن المعروف أن هناك اتجاهات وأوضاع مختلفة للدفاع عن مناطق الهدف يترتب عليها بصفة طبيعية وجود أنواع متعددة من الدفاع من حيث الاتجاه الحركى عند الانتقال من وضع الى وضع آخر • وبناء على ذلك يتحتم على اللاعب المدافع من الناحية الفنية ألا يستخدم نوعاً واحداً منه بصفة مستمرة فى اتجاه واحد بل يجب عليه

دائما أن يغير من أنواع هذه الدفاعات واتجاهاتها وعلى الاخص أمام حركة هجوم من نوع واحد حتى لا يصبح الخصم على علم تام بنوع هذا الدفاع واتجاهه وبالتالي يستطيع استغلال ذلك فى تنفيذ خطته الهجومية بسهولة عن طريق خداع هذا النوع من الدفاع، وحتى لا يعتبر هذا الامر نقطة ضعف عند اللاعب يمكن استغلالها على أية صورة من الصور .

وحتى يصبح الدفاع ناجحا ومؤثرا يجب مراعاة الاسس الآتية :

١ — يجب أداء حركة الدفاع بسرعة تتناسب طرديا مع سرعة أداء الهجوم من جانب اللاعب المنافس .

٢ — يتم تنفيذ حركة الدفاع واتخاذ اتجاهها على آخر لحظة من لحظات أداء حركة هجوم الخصم .

٣ — يجب ألا يتعدى وضع الدفاع حدود منطقة الهدف التى يقوم بالدفاع عنها .

أما عن الانواع الخاصة بحركات الدفاع من حيث الاتجاه الحركى لكل منها والتى سبق التتويه عنها فى الفقرات السابقة ، يمكن اجمالها فيما يلى :

### ١ ( الدفاع البسيط (العادى)

يعتبر هذا النوع من أبسط أنواع حركات الدفاع ، ويتم أداء هذا النوع من حيث الاتجاه الحركى بالانتقال بالسلاح من خط الدفاع العالى الى خط الدفاع العالى المقابل على خط أفقى مواز للارض تقريبا أى

الانتقال من وضع الدفاع السادس الى وضع الدفاع الرابع وبالعكس، هذا بالنسبة لاوضاع السلاح العليا ، أما بالنسبة للاوضاع السفلى ، يتم الانتقال بالسلاح من خط الدفاع السفلى الى خط الدفاع السفلى الآخر على خط أفقى أيضا اى الانتقال من وضع الدفاع الثامن الى وضع الدفاع السابع وبالعكس . وبالنسبة لاوضاع الدفاع المشتقة الاخرى يتم الانتقال منها واليها تحت نفس الشروط .

### الخطوات التعليمية :

يتم تعليم الانتقال بالسلاح والذراع المسلحة من وضع الدفاع السادس الى وضع الدفاع الرابع على الخطوات التعليمية الآتية :

يلتحم سلاحي المدرب والملاعب فى الوضع السادس ، يزيد اللاعب من سيطرته على مقبض السلاح بأصبعى السبابة والابهام أثناء حركة الذراع المسلحة حتى لا يفقد الاتجاه السليم للنصل والتحكم المطلوب فى حركته .

— يوجه المدرب نصل سلاحه نحو منطقة الهدف العليا الخلفية مع خطوة للامام مناسبة — يقوم اللاعب بلف الساعد الخاص بالذراع المسلحة الى الداخل بمقدار ربع لفة نحو الوضع الرابع بحركة سريعة مرنة مع زيادة تثبيت مقبض السلاح فى مكانها على راحة اليد بانقباض العضلات العاملة لاصابع اليد الثلاثة الاخرى بالدرجة المناسبة التى لا تسمح للسلاح بأن يفلت من قبضة اليد أثناء الحركة .

— يراعى اللاعب ثبات مفصل المرفق الخاص للذراع المسلحة فى مكانه أثناء حركة الساعد . كما يراعى الاقلال من حركة رسيغ اليد المسلحة بقدر الامكان .

أما إذا تم الانتقال من الوضع الرابع لآداء الدفاع السادس فإن قبضة وساعد الذراع المسلحة تتحرك من الداخل الى الخارج على عكس اتجاهها الحركى السابق تحت نفس الشروط التى سبق ذكرها •

— تتخذ عند تعليم الدفاع البسيط فى الخطوط السفلى • نفس الخطوط السابقة بأن يوجه المدرب نصل سلاحه نحو مناطق الهدف السفلى من أوضاع الالتحام المنخفضة لينتقل اللاعب من الوضع الثامن الى السابع أو العكس •

— يراعى اعطاء ذبابة النمل صفة القيادة والارشاد عند اتخاذ أوضاع الدفاع •

### الظروف المناسبة لاستخدام هذا النوع من الدفاع :

يستخدم هذا النوع من الدفاع بنجاح مع الخصم الذى يتجه بنصل سلاحه الى مناطق الهدف العليا عند قيامه بالهجوم ، بحيث يتخذ هذا الاتجاه مكانه مبتعدا قليلا عن أحد جانبي النصل المدافع الايمن أو الايسر • وذلك اذا كان اللاعب المدافع يضع سلاحه فى أحد الأوضاع العليا للمبارزة •

### (ب) الدفاع النصف دائرى :

يؤدى هذا النوع من الدفاع من حيث الاتجاه الحركى ، بانتقال نصل السلاح بحركة نصف دائرية من الخط العالى الى الخط السفلى فى اتجاه رأسى من أعلى الى أسفل أو من الخط السفلى الى الخط العلوى فى نفس الاتجاه • بمعنى أن يتم الانتقال من الوضع السادس الى الوضع الثامن أو (الثانى) أو العكس ومن الوضع الرابع الى الوضع السابع أو (الاول) أو العكس •

## الخطوات التعليمية :

— يلتحم سلاحى المدرب واللاعب فى وضع الالتحام السادس •  
يوجه المدرب نصل سلاحه الى أسفل نحو منطقة الهدف الامامية  
السفلى وتحت ذراع وقبضة اللاعب •

— يقوم اللاعب بثنى راسغ اليد المسلحة الى أسفل مع الانحناء به  
قليلا الى الداخل •

— يهبط اللاعب بنصل السلاح من أعلى (الوضع السادس) الى  
الداخل والى أسفل ثم للخارج قليلا نحو الجهة اليمنى للاعب ، للوصول  
الى وضع الدفاع الثامن على أن تتم الحركة فى اتجاه نصف دائرى • من  
أعلى الى أسفل •

— يراعى عدم الهبوط بالنصل الى أسفل بدرجة كبيرة ، بل يجب  
الاحتفاظ باتجاه ذبابة النصل متجهة نحو الجزء السفلى من هدف  
الخصم •

فى حالة أداء اللاعب الثانى ، يجب عليه — علاوة على ما سبق —  
أن يقوم بلف الساعد وقبضة اليد الى الداخل ولائغل نصف لفة تقريبا  
بحيث تنتجه أصابع اليد الى أسفل مع الخروج بالساعد وقبضة اليد  
قليلا الى الخارج للجهة اليمنى (لاعب أيمن) •

— وعند أداء هذا النوع من الدفاع من أسفل الى أعلى ، يتحرك  
اللاعب بالسلاح والرسغ والساعد تحت نفس الشروط وعلى عكس  
اتجاهها السابق •

— وفى حالة أداء هذا الدفاع من الوضع الرابع الى وضع الدفاع

السابع ، يقوم اللاعب بثنى رسغ اليد الى أسفل مع الانحناء به قليلا الى الخارج ، وللجهة اليمنى مع الهبوط بنصل السلاح والساعد من أعلى واني الداخل ثم للخارج للجهة اليسرى مع مراعاة الاتجاه بباطن الساعد وأصابع اليد المسلحة الى أعلى عند نهاية الحركة •

### الظروف المناسبة لاستخدام هذا النوع من الدفاع :

يستخدم هذا النوع عندما يقوم الخصم بتوجيه ذبابة نصل السلاح عند أدائه للهجوم أسفل قبضة اليد أو جوار الجانب الداخلى له أو عندما يجد اللاعب الفرصة مناسبة لاستخدامه •

### ج) الدفاع الدائرى :

يستهدف هذا النوع من الدفاع ، العودة بنصل السلاح الى نفس الوضع الدفاعى مرة أخرى وذلك بالدوران حول نصل سلاح الخصم فى دائرة كاملة ذات مدى حركى صغير ومناسب فاذا كان اللاعب فى وضع الدفاع السادس مثلا ، يعود مرة أخرى الى نفس هذا الوضع عند أداء هذا النوع من الدفاع ، ومن ذلك يمكن القول بأن لكل وضع من أوضاع الدفاع التى سبق سردها ، الدفاع الدائرى الخاص به • أى هناك سادس دائرى ورابع دائرى وثامن دائرى وسابع دائرى •• الخ •

### الخطوات التعليمية :

— يلتحم المدرب واللاعب فى الوضع السادس ، أو الرابع •  
يوجه المدرب نصل سلاحه بحركة تغيير الاتجاه موجها النصل نحو منطقة الهدف العليا الامامية ولاعلى قليلا وبالقرب من نصل سلاح اللاعب •

– يقوم اللاعب المدافع بالدوران برسغ اليد المسلحة حول نصل سلاح المدرب مع سيطرة الاصابع وخاصة اصبعى السبابة والابهام على الاتجاه الحركى للنصل أثناء الدوران به .

– عند الانتهاء من حركة الدوران يعود اتجاه ووضع النصل والذراع المسلحة الى نفس الوضع الدفاعى السابق قبل الحركة من جديد .

– أثناء قيام اللاعب بالدوران بنصل السلاح ، يجب مراعاة ثبات مفصل المرفق وكذلك مفصل الكتف الخاص بالذراع المسلحة ، دون حركة تذكر .

– يتم الدوران عند أداء هذا النوع من الدفاع فى الاوضاع العليا، من أسفل نصل سلاح الخصم – وفى الاوضاع السفلى من أعلى نصل سلاح الخصم .

– يتم تعليم هذا النوع من الدفاع من أوضاع السلاح جميعاً بنفس الاسلوب .

### الظروف المناسبة لاستخدام هذا النوع من الدفاع :

يمكن استخدام هذا النوع بنجاح فى حالة ما اذا اتخذ نصل سلاح المهاجم وضعه بالقرب من نصل اللاعب المدافع بدرجة كبيرة واتجه بذبابة نصله الى أعلى . كما يستخدم أيضاً بنجاح مع اللاعب الذى لا يؤدى هجومه الرئيسى الا بعد حركة خداع (تهويشة) مثل حركة ٢٤١ المركبة . حيث أنه يؤدى الى انسداد حركة هجوم الخصم التالية ويجمد من اتجاه نصل سلاحه لفترة زمنية تكفى لتعطيل هذا الهجوم وايقافه .

## (د) الدفاع المتقاطع (المائل)

هذا النوع من الدفاع لا يستخدم كثيرا حيث أنه من الناحية العملية لا يؤدي دوره الدفاعي بدرجة كاملة مؤثرة نظرا لان طبيعة الحركة والاتجاه الذى يؤدي به مسارها طويل نوعا ما ، تتكشف كثيرا من جوانب منطقة الهدف ويجعلها عرضة للاصابة بسهولة من أى حركة خداع من جانب الخصم ذلك أن حركة الهبوط بالذراع المسلحة من أعلى الى أسفل وفى الاتجاه المقابل على الجانب الآخر (من السادس الى السابع)؛ يضطر اللاعب الى أن يتخذ مدارا حركيا بنصل السلاح يصل فى اتساعه الى ثلاثة أرباع محيط دائرة ذات مدى غير قصير .

### الخطوات التعليمية :

- يلتحم المدرب واللاعب فى الوضع السادس أو الرابع .
- يوجه المدرب نصل سلاحه الى منطقة الهدف السفلى الخلفية .
- ينتقل اللاعب بنصل السلاح والذراع المسلحة من الوضع السادس لعلوى الى الوضع السابع السفلى على الجانب المقابل فى اتجاه مائل بالنسبة للجسم وعلى الاخص بالنسبة لمنطقة الهدف . أو من انوضع الرابع العلوى الى الوضع الثامن السفلى على الجانب المقابل فى اتجاه مائل بالنسبة للجسم .

— يتم هذا الانتقال باستخدام الرسغ والساعد والاصابع ، حيث يقوم اللاعب بثنى الرسغ الى أسفل مع الدوران به من أعلى (الوضع السادس) الى أسفل والى الداخل ليبدأ الساعد فى أداء دوره بالتحرك مع قبضة اليد للوصول الى وضع الدفاع السابع ويصبح فى وضع متقاطع مع وأمام الجسم . أما دور الاصابع ، فتتحرر فى السيطرة

على مقبض السلاح والتحكم فى حركة انتقال السلاح الى وضعه الجديد .

— أثناء انتقال السلاح عند أداء هذا النوع من الدفاع — يجب مراعاة ثبات مفصل المرفق وكذلك مفصل الكتف دون حركة تذكر .

### الظروف المناسبة لاستخدام هذا النوع من الدفاع :

يستخدم هذا النوع كنوع من التغيير فى أوضاع الدفاع واتجاهاته بهدف ارباك الخصم كما يستخدم بطريقة فعالة مؤثرة ، عندما يتجه الخصم بنصل سلاحه فى اتجاه مناطق الهدف السفلى مبتعدا به عن متناول نصل السلاح المدافع .



## الفصل الثالث

### الرد

تعتبر حركة الرد بصفة عامة من الحركات الهامة فى المباراة ، والتي يجب على كل لاعب أن ينظر اليها على أنها ركن هام من أركان فن المباراة الأخرى ولا تقل أهمية عنها ، حيث أنها لا ترجع فى مضمونها عن كونها الرد القوى الرادع على هجوم الخصم بعد القيام بالدفاع الناجح ضد هذا الهجوم ، بل أنها تشكل الإجابة السريعة الحازمة للمدافع ، كلما فكر المهاجم فى القيام بهجوم ما ، وتدفعه دائما الى التردد أو الاحجام عن الهجوم والاقبال منه ، كما أن استخدام حركة الرد ذاتها أثناء المباراة تعتبر فرصة ثمينة للاعب المدافع فى الحصول على لمسة أو اصابة لصالحه من اللاعب المنافس ، ذلك أن الهجوم اذا ما فشل نتيجة للدفاع الناجح يصبح هدف المهاجم قريبا ، وفى متناول سلاح المدافع مما يؤدي الى سهولة تسجيل اللمسة عليه دون مجهود يذكر سوى سرعة أداء الرد بالتوقيت المناسب وفى الاتجاه السليم ، لكن يجب على اللاعب أن يعلم أن حركة الرد بما لها من أهمية تصبح عديمة الجدوى ما لم يسبقها دفاع ناجح تماما من جانبه . وعلى ذلك نجد أن هذه الحركة لا يمكن القيام بأدائها الا اذا سبقتها حركتان تكونان القاعدة الاساسية لها - الاولى ، حركة هجوم من المنافس ، والثانية حركة دفاع ناجحة من المدافع الذى يقوم أيضا بأداء حركة الرد هذه .

مما سبق يتضح بما لا يدع مجالا للشك ، أهمية حركة الرد بالنسبة

للاعب وضرورة اتقان الطرق المختلفة فى آدائها حتى لا يفقد الفرص التى تنتهى له لتسجيل اللمسات بقدر الامكان عند قيام المنافس بالهجوم .  
لذلك يجب على كل لاعب أن يضع نصب عينيه ضرورة أداء حركة الرد بعد كل دفاع ناجح ضد هجمات الخصم ، ولا يمنعه من آدائها الاسباب خارجا عن ارادته ، والللاعب الذى يبدى اهمالا لها ولا يستخدمها بصفة مستمرة على قدر المستطاع فانه يفقد فرعا كثيرة يمكنه بها تسجيل اللمسات لصالحه وأقل ما يوصف به عندئذ بأنه لاعب غير كامل يفترق الى ركن هام وأساسى من أركان المباراة ، واعتباره من الناحية العملية لاعبا سلبيا وليس ايجابيا ، حيث أنه فى هذه الحالة ؛ نجده يحاول الابتعاد عن تناول منافسه أو التجائه الى الدفاع فقط دون تجاوب ما مع هذا المنافس ؛ وبالتالي الى تجنب الاثتباك معه اشتباكا ناجحا ، مما يعطى الفرصة لهذا الخصم ويغريه بالقيام بعدة هجمات أخرى فى محاولات متتالية لتسجيل النسة وحتما سوف تصيبه احداها ، ما لم يقابلها بالرد الحاسم السريع لايقاف هذه الهجمات أو افسادها .

وبناء على هذه الاهمية القائمة على حركة الرد فى المباراة من جانب اللاعب المدافع ؛ يجب بل من الضرورى على اللاعب أن يتقن الطرق المختلفة لأداء حركة الرد بكافة صورها ومن جميع الاوضاع الدفاعية؛ وأن يوجه اليها الاهتمام الكافى على نفس المستوى الذى يوجهه الى الاسس والاركان الاخرى المميزة للمبارزة . وحتى يستكمل مقدرته وقدرته وامكانياته لممارسة رياضة المباراة بالمستوى الكامل المطلوب .

هذه الحركة التى يطلق عليها حركة الرد فى المباراة لها صورا متعددة مختلفة عند آدائها من جانب اللاعب من حيث الاتجاه الحركى والتوقيت الزمنى الخاص بكل منها وتتوقف الصورة التى يتم عليها أداء

الرد على عدة عوامل يمكن تحديدها كالآتى :

- ١ - اتجاه هجوم الخصم بالنسبة لوضع سلاح المدافع •
  - ٢ - على نوع واتجاه الدفاع بالنسبة لوضع واتجاه سلاح المهاجم
  - ٣ - على الطريقة المستخدمة فى أداء الدفاع •
  - ٤ - على طبيعة واتجاه النصل لدى سلاح الخصم نتيجة للدفاع •
- هذه الصور أو الانواع المتعددة التى تختص بها حركة الرد يمكن اجمالها فى التالى •

### الرد البسيط :

عبارة عن الرد على هجوم الخصم بعد القيام بدفاع ناجح باستخدام حركة سلاح واحدة ، وهذا الرد ينقسم من حيث الاتجاه الى قسمين :

#### ١ - رد مباشر :

وهو عبارة عن الرد الذى يتم أدائه فى مواجهة الخصم المهاجم من نفس الخط الذى تم فيه الدفاع الناجح مثال الرد من الخط الرابع والرد من الخط السادس وهكذا • وهذا بدوره يتفرع الى فرعين :

#### أ ( الرد المباشر بالتباعد :

يتم أداء هذا الرد مباشرة من نفس الخط الذى تم فيه الدفاع الناجح دون ملامسة نصل سلاح الخصم بعد الدفاع •

#### ب) الرد المباشر على نصل سلاح الخصم :

يتم أداء هذا الرد بالانزلاق على نصل سلاح الخصم من نفس الخط الذى تم فيه الدفاع دون تركه بعد القيام بالدفاع الناجح •

## ٢ - رد غير مباشر :

عبارة عن الرد الذى يتم أداءه فى مواجهة المهاجم من خلال خط آخر غير الخط الذى تم فيه الدفاع الناجح ويؤدى على الوجه التالى :

### أ ( الرد بحركة تغيير الاتجاه أو بالمفيرة :

عبارة عن الرد الذى يتم أداءه فى الخط المغاير للخط الذى تم فيه الدفاع وذلك بالمرور من تحت نصل سلاح الخصم فى الدفاع الذى يتم فى الخطوط العليا ، ومن أعلى نصل سلاح الخصم فى الدفاع الذى يتم فى الخطوط السفلى .

### ب ( الرد بالحركة القاطعة :

عبارة عن الرد الذى يتم أداءه فى الخط المغاير للخط الذى تم فيه الدفاع بحيث يمر النصل دائما فوق ذبابة سلاح الخصم .

ومن ناحية أخرى ينقسم الرد البسيط من حيث التوقيت الزمنى الذى يتم فيه الأداء الحركى له الى قسمين :

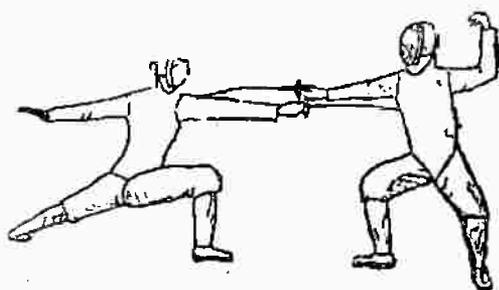
### ١ - الرد الفورى

يتم أداء هذا الرد مباشرة فور القيام بالدفاع الناجح باستخدام طريقة الضرب فى نفس الخط الذى تم فيه أداء حركة الدفاع دون أن يكون هناك فارق زمنى يذكر بين الدفاع وحركة الرد نفسها .

### ٢ - الرد المتأخر

يتم أداء هذا الرد بعد الثبات لحظة أو فترة زمنية مناسبة فى الخط الذى تم فيه الدفاع ، والهدف من هذا الثبات التأكد أولا من اغلاق

اتجاه هجوم الخصم تماما قبل القيام بالرد الذى يمكن أن يأخذ اتجاهها مباشرا فى نفس الخط الذى تم فيه الدفاع أو اتجاهها غير مباشر فى خط آخر غير الخط الذى تم فيه الدفاع ويتوقف ذلك على مدى رد الفعل الحركى الذى يقوم به الخصم نتيجة لهذا الثبات فى وضع الدفاع •



شكل (٤٤) الرد بتغيير الاتجاه من الدفاع الثامن

### الخطوات التعليمية لحركات الرد :

عند القيام بتعليم حركات الرد فى المبارزة يجب على القائم بالتعليم أن يؤدي حركات الهجوم المختلفة من حيث طرق الأداء فى الاتجاه الذى يراد من اللاعب أداء الرد منه مع ضرورة مراعاة نقطتين هامتين هما :

١ - أن تؤدي حركة الهجوم فى اتجاه الوضع الدفاعى المطلوب اتخاذه من جانب اللاعب بطريقة تشبه الى حد كبير الهجوم الحقيقى الكامل •

٢ - أن يأخذ مع حركة الهجوم بذراعه المسلحة خطوة للامام كبديل لحركة الطعن فى المنازلة الحقيقية •

## الخطوات التعليمية لحركة الرد المباشر :

**مثال :** الرد المباشر من الدفاع الرابع •

- يلتحم المدرب والملاعب فى وضع الالتحام السادس •
- يقوم المدرب بحركة تغيير للاتجاه أو بالحركة القاطعة ماذا ذراعه المسلحة وموجها ذبابة ونصل سلاحه نحو منطقة الهدف العليا الخلفية ، على أن يتقدم نحو اللاعب بالخطوة للامام فى الوقت الذى يحرك فيه ذراعه المسلحة أماما •

— يقوم اللاعب بآداء حركة الدفاع الرابع بنوعه المستقيم وبالطريقة المطلوبة •

— يترك اللاعب نصل سلاح المدرب بعد الدفاع مباشرة ممتدا بذراعه المسلحة للامام موجها ذبابة ونصل سلاحه نحو صدر المدرب مسجلا اللمسة عليه مشكلا حركة الرد •

تؤدى نفس الخطوات التعليمية السابقة بعد قيام المدرب بتوجيه ذبابة سيفه نحو مناطق الهدف الاربعة كل على حده ، وقيام اللاعب بالدفاع والرد من كل وضع دفاعى يوديه بناء على اتجاه ذبابة نصل المدرب •

## الخطوات التعليمية لحركات الرد الغير مباشر :

**مثال :** الرد الغير مباشر من الدفاع الرابع :

- يلتحم المدرب مع اللاعب فى وضع الالتحام السادس •
- يقوم المدرب بحركة تغيير الاتجاه أو بالحركة القاطعة ماذا ذراعه

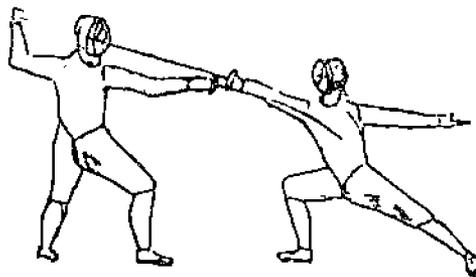
المسلحة وموجها ذبابة ونصل سلاحه نحو منطقة الهدف العليا الخلفية مع أدائه لحركة الخطوة للامام مع نفس توقيت امتداد ذراعه المسلحة .

— يقوم اللاعب بأداء الدفاع الرابع بنوعه المستقيم وبالطريقة المطلوبة .

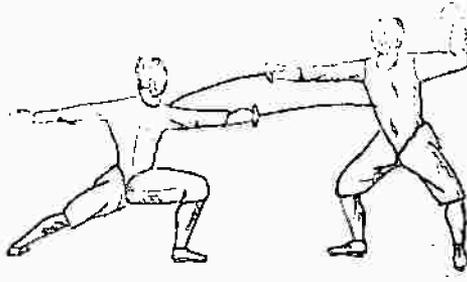
— يقوم المدرب باتخاذ وضع الدفاع الرابع متظاهرا بالدفاع ضد حركة الرد المباشر من جانب اللاعب ضده .

— وفي تلك اللحظة يقوم اللاعب بتغيير اتجاه نصل سلاحه من أسفل نصل سلاح المدرب ماذا ذراعه المسلحة فى اتجاه الخط المغاير للخط الاول الذى تم فيه الدفاع الرابع موجها ذبابة سيفه نحو منطقة الهدف العليا الامامية على صدر المدرب .

تؤدى نفس الخطوات السابقة من أوضاع الدفاع المختلفة العليا والمنخفضة التى تسبق أداء الرد الغير مباشر ، اما بتغيير الاتجاه أو بالطمعنة القاطمة .



(شكل ٤٥) الرد بتغيير الاتجاه من الدفاع الرابع



(شكل ٤٦) الرد المباشر بعد الدفاع السابع

ويراعى عند أداء هذه الصور المتعددة من حركة الرد ضرورة القيام بالدفاع الذى يتناسب مع اتجاهات حركات هجوم الخصم حتى يتحقق أداء الدفاع فى الوقت المناسب ، ولكى يتم تحقيق الرد الناجح، مايتى:

١ - أن يتم أداء الدفاع بشكل كامل وناجح مع السيطرة تماما على السلاح .

٢ - أن يستعد اللاعب عصيبا وحركيا استعدادا كاملا لاداء حركة الرد فور نجاحه فى القيام بالدفاع .

٣ - أن يقوم بفرد ذراعه المسلحة فى سرعة ومرونة على كامل امتدادها مع الاهتمام بتوجيه ذبابة النصل جيدا نحو هدف الخصم .

٤ - أن يقدر المسافة بينه وبين الخصم تقديرا سليما قبل أداء حركة الرد حرصا على نجاحها فى الوصول الى هدف الخصم ، فإذا كانت المسافة قريبة ومناسبة يكتفى بفرد الذراع المسلحة ، أما إذا كانت المسافة بعيدة ، عندئذ يقوم فورا بالاستمانة بحركة الطعن للوصول الى الهدف . ذلك أنه يمكن أداء حركات الرد على هجوم الخصم إما باستخدام حركة الطعن أو بدونها .

## الرد المضاد :

هو عبارة عن الحركة الهجومية (لاعتبارها حركة هجوم تالية) التي يؤديها اللاعب الذي يؤدي دقاعا ناجحا ضد حركة الرد • أى أن اللاعب الذى يقوم بالرد المضاد هو نفسه اللاعب الذى قام بالهجوم الذى أدى عليها الدعب الآخر الدفاع والرد • ويمكن أداء هذه الحركة التى تشكل الرد المضاد فى اتجاه مباشر أو غير مباشر ، وبتوقيت فوري أو متأخر شأنها فى ذلك شأن حركة الرد • لا فرق بينهما من حيث الاداء سوى أن الرد المضاد يؤدي من وضع الطعن •

ويمكن استخدام هذه الحركة ألا وهى حركة الرد المضاد كجزء من خطة يقوم بتنفيذها اللاعب ضد منافسه ؛ وذلك بأن يقوم بأداء حركة هجوم غير كاملة كاذبة يليها حركة الرد ، وعندئذ يقوم اللاعب المهاجم بالدفاع ضد حركة الرد وهو ثابت فى وضع الطعن ثم القيام بالرد المضاد كحركة مفاجئة ضده لا يتوقعها •

أما اذا لم تتوفر للاعب المسافة المناسبة لأداء حركة الرد المضاد من وضع الطعن ، يستطيع أن يقوم بأدائه فور عودته الى وضع الاستعداد سواء أكانت هذه العودة الى الامام أو للخلف تبعا لقرب أو بعد المسافة بين الخصمين •

## الخطوات التعليمية للرد المضاد :

- يلتحم المدرب واللاعب فى وضع الالتحام السادس •
- يعطى المدرب اللاعب فرصة القيام بحركة هجوم ضده مثل حركة تغيير الاتجاه والطعن •

— يقوم المدرب بالدفاع الناجح فى الاتجاه المناسب مؤديا فور ذلك الرد المباشر فى اتجاه صدر اللاعب •

— يقوم اللاعب فورا بالعودة بذراعه المسلحة ليؤدى الدفاع ضد حركة الرد من جانب المدرب وهو ثابت فى وضع الطعن الذى أداه عند الهجوم الاول •

— بد أن يؤدى اللاعب دفاعه ضد المدرب ، يقوم فورا بفرار ذراعه المسلحة للامام موجهة ذبابة سيفه نحو صدر المدرب وهو ثابت فى وضع الطعن محققا لمسة بحركة الرد المضاد •

وعلى نفس الخطوات السابقة يؤدى الرد المضاد بعد قيام اللاعب بالدفاع من أوضاع الدفاع المختلفة طبقا لاتجاه هجومه الاول ، واتجاه حركة الرد من جانب المدرب •

### جملة المباراة :

بعد أن تمت دراسة الهجوم والدفاع والرد استطلعنا أن ندرك العلاقة الحقيقية العلمية بينهم ، يمكننا الآن أن نتكلم ونحدد التعريف الخاص بجملة المباراة فالمقصود بجملة المباراة هو مجموعة الحركات المتبادلة بين كلا اللاعبين داخل نطاق التوقيت الخاص بالتتابع الزمنى بين هذه الحركات دون توقف • ومعنى ذلك أنه يجب أن تتوفر عناصر ثلاثة تتكون من مجموعها ما يسمى بجملة المباراة وتلك العناصر هي :

١ — هجوم (بسيط أو مركب) •

٢ — دفاع ناجح •

٣ — رد بأنواعه •

وعلى ذلك تصبح تلك المعادلة كالتالى :

• هجوم + دفاع + رد = جملة المباراة •

ويجب العلم جيدا بأن جملة المباراة هذه تشكل ركنا هاما أثناء

تحكيم المباراة ولها اعتبارا أساسيا فى تحديد أسبقية تسجيل اللمسات •



# الباب السادس

## الفصل الاول :

- الحركات التمهيديّة للهجوم •
- الهجمات النصليّة – المسكات النصليّة •

## الفصل الثاني :

- الهجوم الكاذب
- متنوعات الهجوم وتشمل :
- حركات تجديد الهجوم – الهروب – المبارزة المتقاربة •
- التكلمة ، الاستعادة ، التكرار

## الفصل الثالث :

- الهجوم على التوقيت التالي

## الفصل الرابع :

- الهجوم المضاد



# الفصل الأول

## الحركات التمهيديّة للهجوم

تتضمن الحركات التمهيديّة للهجوم عدة حركات نصليّة تختلف كل منها عن الأخرى من حيث طريقة الأداء وظروف استخدامها ، ولكنها تشترك في صفة واحدة هي ، الأستباك بنصل السلاح مع نصل سلاح المنافس لفترة زمنية وجيزة تكفى الأداء الحركى لكل منها ، كما تشترك أيضا في غرض واحد يتلخص في تمهيد الطريق أمام الذبابة والنصل للقيام بحركة هجوم بسيطة أو مركبة تشكل الهجوم الرئيسى المؤثر ضد الخصم . وحيث أن هذه الحركات تؤدى دائما من الناحية العملية على نصل سلاح المنافس ، أطلق عليها التعبير التالى :

### الهجوم على نصل السلاح أو الهجمات النصليّة

تؤدى هذه الهجمات النصليّة بصفة عامة باستخدام القوة العضليّة المناسبة والكافية لكل حركة منها بما يكفل تحقيق الغرض الرئيسى من أدائها وهو التمهيد للقيام بحركة هجوم أخرى اما بسيطة أو مركبة في نفس اتجاه الهجمة النصليّة أو في اتجاه مغاير لها طبقا للخطة الموضوعية لتطبيقها مقدما فإذا كان الغرض من أداء حركة هجوم بسيطة مباشرة ، يجب فى هذه الحالة استخدام قوة عضليّة أكبر نوعا ماومناسبة حتى يمكن ابعاد نصل سلاح الخصم عن خط دفاعه بدرجة كافية وبالتالي تأخير التوقيت المناسب الذى يستطيع فيه أن يؤدى دفاعا ناجحا . لحظة

أو لحظات ، ليتمكن المهاجم من أن يأخذ فرصته فى القيام بالهجوم بنجاح وتسجيل اللمسة المراد تسجيلها ، أما اذا كان الغرض أداء حركة هجوم غير مباشرة أو بالحوارة ، فى هذه الحالة يجب على اللاعب أن يؤدي الحركة بخفة وبقوة عضلية صغيرة نسبيا حتى يستجيب لها الخصم سريعا بالانتقال بسلاحه من خط دفاعه الاول الى خط دفاعى آخر كرد فعل حركى لهذه الهجمة النصلية ، وبذلك يستطيع اللاعب المهاجم أثناء هذا الانتقال والهروب بنصل سلاحه من اتجاهه الاول الى الاتجاه الآخر المقابل والدخول فى الهجوم الرئيسى المؤثر .

وفى كلتا الحالتين ، نجد أن حركة الهجوم على نصل السلاح قد أدت دورها فى التمهيد لامكان القيام بأداء حركة أو حركات الهجوم التالية الرئيسية الهادفة الى تسجيل اللمسة الصحيحة متى تم أداء كل حركة بالدقة اللازمة وبالتوقيت السليم المناسب .

والحركات التى تؤدى هذا الدور الهام فى التمهيد للهجوم عن طريق الهجوم على نصل سلاح الخصم أولا ، تكون من الهجمات النصلية الآتية :

- ١ - حركة ضرب على نصل سلاح الخصم .
- ٢ - حركة انزلاق على نصل سلاح الخصم .
- ٣ - حركة ضغط على نصل سلاح الخصم .
- ٤ - حركة سحق على نصل سلاح الخصم .

#### ١ - حركة الضرب :

تعتبر حركة الضرب من الهجمات النصلية وأكثرها شيوعا واستعمالا

فى المبارزة ، حيث أنها سهلة الأداء ولا تحتاج من اللاعب الى مجهود كبير ، كما أن تأثيرها واضحا على نصل سلاح الخصم ، وتؤدى الغرض المطلوب منها من حيث الحصول على رد الفعل المناسب من جانب الخصم وابعاد نصله بالدرجة الكافية ، وتأخير التوقيت الخاص الذى يجب أن يتم عنده الدفاع لحظة أو لحظات ، مما يحقق بدرجة عالية الاعداد الكامل المطاوب لآداء حركة الهجوم الرئيسية المؤثرة بنجاح تام .

مع العلم بأن هذا النجاح يتوقف أساسا على مدى سيطرة اللاعب على سلاحه وعلى سرعة تنفيذه للحركة التالية من الناحيتين الحركية والزمنية .

### طريقة الأداء

— تؤدى حركة الضرب أساسا باستخدام اصبعى السبابة والابهام لايجاد التحكم والسيطرة اللازمة على نصل السلاح الضارب أثناء الحركة . كما يؤدىان دورا هاما كمصدر حركى مركزى فى تحويل النصل وتوجيهه الى الاتجاه المطلوب ، أما الاصابع الثلاثة الاخرى ورسغ اليد المسلحة وكذلك ساعد الذراع المسلحة تستخدم كمصدر لقوة الحركة الضاربة المؤثرة على نصل سلاح الخصم مع مراعاة ثبات الرسغ دون انثناء الا بالقدر المطلوب أثناء حركة الساعد بالكب أو البطح تبعاً لاختلاف اتجاه حركة النصل ، حيثما كان نحو السادس أو الرابع . الخ كما يراعى أيضا ثبات مفصلى المرفق والكتف أثناء الحركة .

### — الخطوات التعليمية لحركة الضرب

— يوجه المدرب نصل سلاحه نحو الاتجاه المقابل لنصل سلاح اللاعب ممتدا قليلا بذراعه المسلحة .

– يقوم اللاعب بتحريك الذراع المسلحة مع السلاح كوحدة واحدة فى حركة ضاربة تاذفة ذات مدى حركى قصير الى الاتجاه المطلوب ، على أن تتم حركة الضرب باصطدام المنطقة القوية أو المتوسطة من نصل سلاحه على المنطقة الضعيفة الامامية أو المتوسطة من نصل سلاح المدرب على أن يتقاطع النصلان عند نقطة التلامس أثناء الضرب ، حتى يتحقق التأثير المطلوب .

– يترك نصل سلاح اللاعب ، نصل سلاح المدرب مباشرة فور حدوث الاصطدام مرتدا نحو الاتجاه الذى بدأت منه حركة الضرب حتى يصبح فى وضع الاستعداد للقيام بالهجوم الرئيسى على الخصم .

– يراعى اللاعب أداء حركة الضرب نفسها بأحد جوانب المقطع العرضى للنصل وليس بالجزء المسطح منه مع مراعاة عدم الزحف به على نصل السلاح المقابل .

– يلى الانتهاء من أداء حركة الضرب ، مع تحقيق العرض الهادف منها فرد الذراع المسلحة فورا للامام مع القيام بحركة الطعن بالقدم الامامية دون وجود فترة زمنية ساكنة أكثر من اللازم بين حركة اليد وحركة القدم ، حتى تكتسب الحركة ككل صفة التوقيت الواحد .

### الاتجاه الحركى :

تؤدى حركة الضرب بصفة عامة بسهولة ودون صعوبة ما فى جميع اتجاهات الاوضاع الاساسية للمبارزة – مثل الضرب فى السرايع والسادس والثانى والسابع .. الخ ، الذى يتوقف استخدام اهداها على اتجاه كل من سلاحى اللاعبين كل بالنسبة للاخر .

## الظروف المناسبة لاستخدام حركة الضرب

١ - عندما لا ينتظر الخصم الهجوم عليه بهذا النوع ومفاجأته

• بهذه الحركة .

٢ - اذا ما وجد اللاعب المهاجم المسافة بينه وبين الخصم متقاربة

وتسمح له بإمكان الوصول الى الهدف وتسجيل اللمة .

٣ - فى حالة قيام الخصم بضرب نصل السلاح بهدف التثويه أو

الخداع ، عندئذ يمكن الرد عليه بضربة مماثلة والدخول مباشرة معه فى

هجوم رئيسى موثر .

٤ - فى حالة قيام الخصم بحركة ضغط على نصل السلاح ،ويمكن

الرد عليه بحركة ضرب سريعة والدخول مباشرة معه فى هجوم مؤثر .

٥ - فى حالة اذا قام الخصم بضرب النصل مرتين متتاليتين، يمكن

مفاجأته بالرد حايه بحركة الضرب مباشرة .

٦ - اذا استطاع الخصم الهروب بنصل سلاحه أثناء المصاروة،

فى هذه الحالة يمكن الهجوم عليه بحركة الضرب مباشرة فى احدى

لحظات محاورته المناسبة .

وهنا يجب العلم بأن هناك طريقتان تؤدى بهما حركة الضرب ، كل

منهما تختلف عن الأخرى من حيث الآداء العملى لها باختلاف الغرض

الهادف من استخدامها .

### ١ - الضربة القوية :

تؤدى هذه الحركة باستخدام القوة العضلية فى تنفيذ حركة الضرب

كهجوم على نصل سلاحه بقوة أكثر بهدف ازاحة نصل الخصم عن مكانه

وابعاده بدرجة كافية ، هذا اذا كان الغرض النهائى القيام بالهجوم عليه مباشرة فى نفس الخط الذى تمت فيه حركة الضرب القوية ، فى محاولة لتسجيل اللمسة ، ذلك أنه فى الامكان تحقيق الحصول على اللمسة حيث أن مثل هذه الضربة تؤخر وتعطل اللاعب المدافع عن القيام بأداء الدفاع فى سرعة وفى توقيت مناسب .

## ٢ - الضربة الخفيفة

تؤدى هذه الحركة باستخدام قوة عضلية بسيطة عند القيام بها ضد نصل الخصم اذا ما كان الهدف الحصول على رد فعل معين مناسب من جانب الخصم واستجابته للخط الذى تمت فيه هذه الضربة وبذلك ينعكس الخط الآخر الذى يشكل الخط المقابل للخط الذى تمت فيه الضربة .

وعلى هذا نستطيع القول بأن الهدف من استخدام الضربة القوية عبارة عن تحقيق غرض مباشر ، أى القيام بأداء حركة الهجوم الكاملة الجادة فوراً فى نفس الخط الذى تمت فيه الضربة ، أما الهدف من استخدام الضربة الخفيفة ، فهو تحقيق غرض غير مباشر ، أى القيام بالتمهيد لأداء حركة هجوم أخرى فى اتجاه مناسب بعد الحصول على رد الفعل اللازم من جانب سلاح الخصم .

## حركة الانزلاق

تعتبر حركة الانزلاق ، احدى الحركات الهامة التى تعمل على التمهيد للقيام بحركة هجوم اخرى ، ذلك أنها غالباً ما تستخدم كحركة خداع تصلية تؤدى دورها فى جذب نصل سلاح الخصم نحوها كرد فعل نتيجة لتأثيرها الخداع الشبيه بتأثير تهويشة الطمننة

المستقيمة ، حتى يصبح فى الامكان أداء حركة الهجوم المناسبة مثل حركة تغيير الاتجاه أو غيرها بما يتناسب مع واقع اللعب .

### الخطوات التعليمية

– يتلادس نضال كل من المدرب واللاعب فى أحد أوضاع المبارزة مثل السادس .

– يبدأ اللاعب فى الانزلاق بنصل سلاحه على نصل سلاح المدرب بالطول الكامل له حتى يصبح النصل ممتدا بكامله مع امتداد الذراع المسلحة نحو المدرب .

– يتم انزلاق النصل الخفيف على سلاح المدرب حتى تمتد الذراع المسلحة الامتداد المطلوب والمناسب مع مراعاة القبض على مقبض السلاح بقوة بأصابع اليد حتى يتوغل عنصر تثبيت نصل سلاح (الخصم) فى الاتجاه المطلوب .

– يلى ذلك مباشرة القيام بأداء الهجوم بالطعنة المستقيمة فى نفس الخط ، اذا ما كانت الفرصة مواتية والطريق الى الهدف مفتوحا ، أو أن يترك اللاعب الخط الذى تم فيه الانزلاق الى الخط المقابل والقيام بحركة هجوم أخرى تتناسب مع اتجاه رد فعل الخصم .

### الاتجاه الحركى

يتم أداء حركة الانزلاق دائما على نفس الخط الذى يتلامس فيه اتصالان فى وضع التحام ، وفى اتجاه مباشر للامام .

الظروف المناسبة لاستخدام حركة الانزلاق :

١. – عندما يتم التحام الاسلحة فى وضع أو اتجاه مناسب .

- ٢ - عندما يقوم الخصم بحركة تغيير الالتحام .
- ٣ - عندما يقف الخصم بسلاحه ساكنا دون حركة .
- ٤ - بعد القيام بحركة تغيير الالتحام على نصل سلاح الخصم .
- ٥ - عندما لا يتوقع الخصم أداء هذه الحركة على نصل سلاحه .

### ٣ - حركة الضغط

هذه الحركة من حركات الهجوم على نصل السلاح ، من الحركات التي تعطى اللاعب حساسية بدرجة كبيرة لنصل سلاح الخصم ومعرفة مدى ثبات نصله وقوة قبضته ، ومدى سرعة رد الفعل لديه للمؤثرات الخارجية ، والتي على أساسها يستطيع تحديد نوع واتجاه الحركات الهجومية المناسبة ليهاجم بها خصمه بعد ذلك .

#### الخطوات التعليمية :

— يلتحم اللاعب بالمنطقة الوسطى من نصل سلاحه مع المنطقة الضعيفة من نصل سلاح المدرب بحيث يتلامسان عند نقطة معينة ، ويتقاطعان مع بعضهما البعض عند هذه النقطة بزاوية قدرها  $٤٥^\circ$  درجة تقريبا .

— يبدأ اللاعب أداء الحركة في مرحلتها الاولى بالضرب الخفيف جدا على نصل سلاح المدرب عند النقطة التي تم فيها التلامس بين النصلين .

— يقوم اللاعب بالضغط على نقطة التلامس بين النصلين باستخدام

أصابع اليد المسلحة والساعد مع تثبيت الرسغ بدرجة كافية من القوة  
تكفى لتثبيت نصل سلاح الخصم فى مكانه .

— يراعى اللاعب أثناء قيامه بالضغط على نصل المدرب ، توجيه  
الاهتمام الى عدم الانزلاق بنصل سلاحه على نصل سلاح المدرب مطلقا

### الاتجاه الهركى :

تتميز حركة الضغط عند تنفيذها على نقطة تلامس الاسلحة اتجاها  
جانبيا ، اما نى الاتجاه الايسر واما فى الاتجاه الايمن ، وذلك لاتجاه  
وضع النصلين فى مقابل بعضهما قبل أداء الحركة .

### الظروف المناسبة لاستخدام حركة الضغط :

- ١ — عند تغيير الالتحام من وضع لآخر وخاصة من جانب الخصم .
- ٢ — عندما يحاول الخصم الالتحام مع نصل السلاح بهدف اغلاق  
الاتجاه أو السيطرة عليه .
- ٣ — عند ملاحظة التلبية السريعة من جانب الخصم للمؤثرات  
الخارجية .

### ٤ — حركة السحق :

تعتبر حركة السحق من أقوى الهجمات النصلية تأثيرا على سلاح  
الخصم ، حيث أنها تؤدى الى سقوط السلاح من يد اللاعب المنافس  
وخاصة عندما يفاجأ بها . ذلك أنها تؤثر بشكل مباشر على طول امتداد  
النصل كله ، تلك الطريقة التى تبدأ بالضغط بقوة أثناء الانزلاق الكامل  
السريع على طول النصل من أعلى لاسفل حتى قسرب الواقعى دون

الاصطدام به ، كما يراعى استمرار الضغط أثناء امتداد الذراع المسلحة  
للامام عند الانزلاق على النصل من مفصل المرفق •

ونظرا لخطورة هذه الحركة اذا ما أدت فى وقت مناسب وبالطريقة  
السليمة يجب تدريب اللاعبين على كيفية القيام بالدفاع ضدها ، وذلك  
بالتدريب على كيفية الهروب منها باتخاذ خطوة للخلف أو وثبة للخلف  
وفى الوقت المناسب •

### الخطوات التعليمية :

— يتلامس اللاعب بالمنطقة القوية من نصل سلاحه مع المنطقة  
الضعيفة الامامية من نصل المدرب •

— يقوم اللاعب بالضغط بقبضة يده الممسكة بمقبض سلاحه بقوة  
على نقطة التلامس ، ثم يبدأ بالانزلاق بنصل السلاح من أعلى لاسفل  
على طول نصل المدرب بحركة قاذفة سريعة للامام تأخذ اتجاهها من الخلف  
الى الامام مع فرد الساعد المسلح من مفصل المرفق حتى نهايته •

— عند استكمال امتداد الذراع المسلحة ، يترك النصل المهاجم  
نصل سلاح المدرب •

— يقوم اللاعب بأداء حركة الطعن للامام فى محاولة لتسجيل  
اللمسة •

### الاتجاه الحركى :

تؤدى هذه الحركة فى اتجاه من الخلف الى الامام والى أسفل اذا

ما أدت عند نهايتها في الخطوط العليا. أما عند الأداء في الخطوط السفلى عند نهايتها (في الوضع الثاني) تتأخذ الحركة تجاهها من أعلى وإلى أسفل ثم للإمام مع لف قبضة اليد والساعد للداخل تحت نصل سلاح المنافس

### الظروف المناسبة لاستخدام حركة السحق :

١ - عندما يضع الخصم نصل سلاحه في اتجاه أفقى مواز للأرض .

٢ - عندما يقف الخصم وذراعه المسلحة على شيء من القسوة ويطلق خط الدفاع جيدا .

٣ - عندما يتخذ الخصم أوضاعا ثابتة بنصل سلاحه مهددا منطقة الهدف دون أن يتحرك بسهولة عن مكانه بالحركات الأخرى .

### أسلوب الدفاع ضد الهجمات النصلية :

للدفاع ضد الهجمات النصلية السالفة الذكر ، تستخدم الطرق الآتية مع مراعاة القيام بحركة الدفاع المناسبة من حيث النوع والاتجاه وهى :

١ - استخدام طريقة الضرب على نصل سلاح المهاجم فى الوضع والاتجاه الذى تم فى اتجاهه الخصم .

٢ - استخدام طريقة الدفاع بالمعارضة أو التعارض فى الوضع والاتجاه الذى يتناسب مع اتجاه حركة الهجوم .

٣ - استخدام المسكات النصلية فى اتجاه معاكس ومناسب لاتجاه نصل المهاجم واخراجه بعيدا عن منطقة الهدف التى يقصدها .

## ملحوظة :

يجب العلم جيدا بأن السلاح الذى يؤدى الهجمات النصلية ، يترك نصل سلاح الخصم فور الاصطدام به مباشرة ولا يستمر فى ملامسته عند أداء الهجوم الرئيسى الذى يكتمل بحركة الطعن للامام •

## ٢ - المسكات النصلية :

هذا النوع من الحركات التمهيديّة للهجوم يتميز عند أدائه بالالتحام والتلامس الكامل والمستمر مع نصل سلاح الخصم ، الهدف منه ربط وتثبيت وضع هذا النصل فى اتجاه معين حتى نهاية الحركة النصلية المستخدمة واتمام تسجيل اللمسة على منطقة الهدف ، مع ضرورة استمرار التلاحم بين النصلين أثناء فرد الذراع المسلحة للامام وأثناء القيام بحركة الطعن للامام •

وبالرغم من تلك الميزة التى تتفرد بها المسكات النصلية من استمرار التلاحم بين النصلين حتى نهاية الحركة ، الا أن هذه الميزة يفقدها اللاعب اذا لم يؤدى المسكة النصلية التى ينوى استخدامها ، فى الوضع والاتجاه الذى يتناسب ويتلاءم مع اتجاه ووضع نصل سلاح الخصم، ومع توقيت مناسب وبالحركة السريعة المفاجئة دون تردد ، يصبح من السهل على الخصم أن يواجهها بانتزاع السيطرة على نصل سلاح المهاجم ويقوم بالدفاع المناسب أو القيام بهجوم مضاد •

— هدف السيطرة التامة والكاملة على حركة نصل سلاح المنافس أولا دون تركه قبل وأثناء القيام بالهجوم بالطعنة المستقيمة وفى نفس خط التحام الاسلحة بعد الانتهاء من أداء المسكة النصلية •

— هدف الاعداد والتمهيد احركة هجوم تالية بسيطة غير مباشرة  
أو مركبة تؤدي في نفس اتجاه خط الالتحام أو في خط مغاير مع  
ملاحظة أن حركات الهجوم التالية للمسكات النصلية تتخذ طريقها نحو  
مسطح منطقة الهدف دون تلامس مع نصل سلاح الخصم .

وعلى ذلك يمكن القول بأن المسكات النصلية للهجمات النصلية الى  
جانب تحقيقها لغرض مباشر عند استخدامها فانها تستخدم للتمهيد  
لهجوم تالى فى اتجاه آخر غير الاتجاه الاول وذلك كنوع من التمويه  
على الخصم وخداعه واجباره على تغيير وضع سلاحه الى أوضاع أخرى  
واتجاهات متعددة حتى يسهل فتح الشغرات نحو الهدف وتسجيل  
اللمسات .

### أنواع المسكات النصلية :

تتكون المسكات النصلية من الحركات التالية :

- ١ — المسك بالتضاد
- ٢ — المسكة الهابطة أو الربطة نصف دائرية .
- ٣ — المسك بالالتفاف أو الربط الدائرى
- ٤ — الربط الجانبى .

### ١ — المسك بالتضاد :

يتحقق باستخدام حركة المسك بالتضاد على نصل سلاح المنافس  
اخراج ذبابة سيف هذا المنافس خارج نطاق الهدف المقابل لها وتثبيتها  
فى وضعها الخارجى حتى اتمام تسجيل اللمسة ، لذلك فهى تعتبر حركة  
هجومية ناجحة اذا ما استخدمت فى الوقت المناسب وبالاداء السليم ،  
أما من حيث الغرض من استعمالها فى الهجوم ، فيمكن أن تستغل لفتح

الطريق أمام أداء الهجمة المستقيمة بالانزلاق على نصل سلاح الخصم ، كما يمكن أن تستخدم للاعداد أو للتمهيد لحركة هجوم أخرى ، وذلك بالانتظار لحظة ليتبين اللاعب المهاجم اتجاه ونوع حركة رد الفعل لدى خصمه تجاهها ، ليحدد هو الآخر اتجاه ونوع حركة الهجوم الأخرى التالية التي يجب عليه استخدامها لتنفيذ الهجوم المؤثر ضد منافسه ليسجل عليه اللمة • مثال ذلك — أداء مسكة التضاد تليها طعنة تغيير الاتجاه أو الطعنة القاطعة وغير ذلك من الهجمات المناسبة •

### الخطوات التعليمية :

— يلتحم المدرب مع نصل سلاح اللاعب أو يغير الالتحام معه اذا كان هناك التحام سابق •

— فور ذلك يقوم اللاعب بملامسة نصل سلاح المدرب بالجزء القوي من نصل سلاحه •

— يمسك اللاعب مقبض سلاحه جيداً ويبدأ بالضغط على نصل سلاح المدرب •

— يستمر اللاعب فى الضغط على نصل المدرب وملامسته جيداً طوال فترة انزلاقه بنصل سلاحه للإمام على نصل سلاح المدرب •

— فور امتداد ذراع اللاعب المسلحة فى الاتجاه المطلوب يؤدى حركة الطعن بالقدم ، أو يغير من اتجاه نصله الى الاتجاه المقابل •

— يراعى استمرار نصلى السلاحين — المدرب واللاعب — من بداية الحركة الى نهايتها •

## الظروف المناسبة لاستخدام هذه المسكة :

- ١ - تستخدم مع الخصم الذى يتحرك بسلاحه كثيرا ولا يثبت فى وضع معين ويغير من أوضاع الالتحام من وضع لآخر .
- ٢ - عندما يقوم الخصم بالتحضير والاعداد للهجوم وخاصة أثناء حركة الضغط أو الضرب .
- ٣ - عندما يقوم الخصم بتغيير الالتحام مع النصل على أن يتم أداء المسكة بالتضاد فوراً وبسرعة . على نصل الخصم .

## كيفية الدفاع ضد المسكة بالتضاد :

يمكن للاعب الدفاع ضد هذه المسكة اذا ما أدت ضده بالطرق الآتية :

- ١ - بالضغط المضاد المغاير لاتجاه ضغط وانزلاق سلاح المهاجم .
  - ٢ - بتغيير الالتحام بدرجة سريعة الأداء مع نصل سلاح المهاجم وتثبيتته بقبضة اليد فى وضع معين .
  - ٣ - بالهروب بالخطوة أو الوثبة للخلف فى توقيت مناسب .
  - ٤ - باستخدام حركة ربط نصف دائرية أو دائرية تهدف الى اخراج ذبابة سيف المهاجم خارج نطاق منطقة الهدف .
- ## ٢ - المسكة الرابطة أو النصف دائرية

من الاسم الذى اطلق على هذه الحركة ، يمكن الادراك بسهولة كيف يتم أداءها من الناحية الحركية ، ذلك أن الاتجاه الحركى لها يتم من أعلى الى أسفل أو العكس فى شكل نصف دائرى يشبه الهلال .

ويتحقق باستخدامها تحويل ذبابة نصل سلاح المنافس من أعلى الى أسفل أو العكس اذا ما بدأت الحركة من وضع سفلى • ويراعى عند الأداء استمرار تلامس النصلين حتى نهاية الحركة مع الضغط للخارج لضمان السيطرة على اتجاه نصل وذبابة سيف المنافس ، ويمكن للاعب بعد الانتهاء من أدائها الاستمرار فى مد ذراعه المسلحة والهجوم على خصمه بالطعنة المستقيمة ، كما يمكنه الانتظار لحظة ليتبين اتجاه رد فعل الخصم الحركى لها ليحدد اتجاه ونوع الحركة الهجومية التالية التى سوف يستخدمها للقيام بالهجوم المؤثر ضد الخصم لتسجيل اللمسة المطلوبة • مع مراعاة أن يتم ذلك بسرعة دون تردد فور الاحساس باتجاه رد فعل الخصم •

### الخطوات التعليمية :

— يلتزم المدرب بنصل سلاحه مع نصل سلاح اللاعب فى وضع علوى أو سفلى •

— يقوم المدرب بتغيير اتجاه الالتحام الى الجانب الآخر من نصل اللاعب مع الامتداد بالذراع المسلحة للامام بقدر كاف •

— يهبط اللاعب فور احساسه بتغيير الالتحام بنصل سلاحه الى أسفل أو يرتفع به لاعلى اذا كانت الحركة تبدأ من أسفل ، بحركة نصف دائرية مع الاستمرار فى ملامسة نصل المدرب محولا معه ذبابة نصل المدرب الى أسفل أو الى أعلى •

— تمتد الذراع المسلحة للامام فى اتجاه الهدف مع استمرار التلامس مع نصل المدرب بعد ضمان السيطرة عليه •

— فور استكمال امتداد الذراع المسلحة مع استمرار التلامس  
يؤدي اللاعب حركة الطعن بالقدم للامام مستهدفا تسجيل اللمسة •

— يراعى المدرب ضرورة استمراره فى ملامسة نصل سلاح  
اللاعب حتى اتمام الحركة بالكامل •

### الظروف المناسبة لاستخدام هذه المسكة :

١ — عندما يتجه اللاعب بنصل سلاحه للامام حتى يكاد يكون موازيا  
لسطح الارض أو يثبت به فى وضع ثابت يكاد لا يتحرك •

٢ — عندما يقوم الخصم بتغيير الالتحام مع النصل والانتقال  
بنصله من جانب الى آخر ، والواقع أن تلك الحركة من جانب الخصم  
هى الوضع المناسب والتوقيت المضبوط لقيام اللاعب باستخدام هذه  
المسكة فى الهجوم على خصمه خاصة اذا اتبع ذلك بمد ذراعه المسلحة  
للامام •

٣ — عند تردد الخصم فى الهجوم بعد استخدامه لحركة هجوم  
نصلية مثل الضرب أو الضغط أو الانزلاق مستهدفا التمديد لحركة هجوم  
تالية مؤثرة •

٤ — عند قيام المنافس بهجوم كامل ثانيا بنصل سلاحه ممتدا الى  
الامام ، يمكن أداء هذه المسكة كحركة دفاعية بغية تحويل ذبابة نصل  
المهاجم الى اتجاه آخر بعيد عن الهدف والسيطرة عليها •

### كيفية الدفاع ضد هذه المسكة :

١ — بالضغط على نصل المهاجم بالمنطقة القوية من نصل المدافع فى  
اتجاه مضاىء أى اتجاه حركة سلاح الخصم •

٢ — بالهروب من سيطرة نصل سلاح المهاجم والافلات منه مع أخذ خطوة لاختاف اذا دعت الحاجة الى ذلك .

٣ — باستخدام نفس حركة المسكة النصف دائرية أو الدائرية ولكن فى عكس اتجاه حركة المسكة النصف دائرية التى هاجم بها الخصم أى اذا كان اتجاه حركة الخصم من أعلى الى أسفل ، كان اتجاه الدفاع من أسفل الى أعلى مع مراعاة ضرورة ثنى الذراع من المرفق عند الدفاع حتى يصبح كاملا .

### ٣ — المسك بالالتفاف أو الربطة الدائرية

هذه الحركة تحتاج من الناحية الفنية الى مهارة حركية كبيرة من حيث التحكم العصبى العضلى فى استعمال الرسغ والاصابع فى آدائها علاوة على السرعة الحركية الكبيرة مع السيطرة عليها ، نظرا للحاجة الماسة للسيطرة على نصل سلاح الخصم أثناء آدائها حتى لا يستطيع الافلات منها . أما من حيث الاداء الحركى فانه يلاحظ أن اللاعب يحرك نصل السلاح وقبضة الذراع منتثية من مفصل المرفق ، فى حركة دائرية كاملة فى مركزها رسغ اليد المسلحة مع استمرار التلامس مع مقدمة نصل السلاح المنافس . من أسفل الى أعلى فى الخطوط العليا ومن أعلى الى أسفل فى الخطوط السفلى بحيث يعود النصل فى النهاية الى الوضع الذى بدأت منه الحركة . وهذه الحركة كمثيالاتها ، يمكن أن تستخدم بغرض الهجوم على الخصم بالطعنة المستقيمة من التلاحم الكامل مع نصل الخصم أثناء امتداد الذراع المسلحة ، أو استخدامها كمسكة تمهيدية للهجوم على الخصم من اتجاه آخر غير اتجاه التلاحم تلك الحركة مع نصل سلاح الخصم .

## الخطوات التعليمية :

– يلتزم المدرب مع نصل سلاح اللاعب فى أحد الاوضاع العليا ثم فى الاوضاع السفلى •

– يغير المدرب من اتجاه الالتحام المقابل ممتدا بذراعه المسلحة للامام وملامسا لنصل سلاح اللاعب •

– يقوم اللاعب بملامسة نصل سلاح المدرب بواسطة المنطقه القوية من نصل سلاحه جيدا •

– يقوم اللاعب برسغ يده المسلحة مسيطرا على نصل سلاحه بواسطة أصابعه القابضة على مقبض السيف بدورة كاملة حول الثلث الاعلى من نصل المدرب أو (الخصم) بحيث يعود الى الوضع الذى بدأ منه الحركة قبل امتداد ذراعه المسلحة للامام وهى ملامسة للنصل. فاذا كان قد بدأها من السادس عاد بها الى السادس مرة أخرى وهكذا •

– بعد استكمال الدوران حول مقدمة نصل المدرب ، يبدأ اللاعب فى مد الذراع المسلحة وهو ما زال ملامسا لنصله ومسيطرا عليه حتى تستكمل الذراع امتدادها ليتبعها بحركة الطعن أماما •

– يراعى استمرار التلامس دائما بين النصلين أثناء الحركة •

## الظروف المناسبة لاستخدام المسك بالالتفاف :

١ – عندما يقوم الخصم بمحاولة الالتحام مع النصل بغرض السيطرة عليه •

٢ – عندما يتجه الخصم بنصل سلاحه للامام دون هدف واضح •

٣ - عندما يقوم بأداء الحركات التمهيدية للهجوم سواء كانت هجمات نصلية أو مسكات نصلية خاصة بالمسك بالتضاد ، وعلى الأخص فى اللحظة التى تمتد فيها ذراع اللاعب المنافس للامام .

### كيفية الدفاع ضد هذه المسكة :

١ - الاستسلام لها والمضى مع حركة الخصم الى نهايتها وحتى آخر لحظة ، باغلاق اللاعب المدافع لاتجاه الهجوم بالخط الدفاعى المناسب مع ابعاد ذبابة السيف المهاجم بعيدا عن حدود منطقة الهدف .

٢ - باستخدام احدى المسكات النصلية الأخرى وخاصة المسكة النصف دائرية .

٣ - بالانسحاب الى الخلف بخطوة التقهقر بغرض فتح المسافة واطالتها أمام الخصم بما يؤدي الى عدم وصول ذبابة سيفه الى سطح الهدف .

## الفصل الثانى

### الهجوم الكاذب

الهجوم الكاذب عبارة عن حركات هجومية يقوم بها اللاعب مستخدماً إحدى الحركات التى سبق ذكرها سلفاً مستعيناً بذراعه المسلحة فى آدائها دون اكمالها بحركة الطعن ، أو بمعنى آخر أكثر تصوراً هو عبارة عن هجوم ناقص غير مكتمل لبعض عناصره الرئيسية ، والفرض منه تشتيت انتباه الخصم وكشف نواياه ومدى استجابته وقدرته على المواجهة وكذلك اكتشاف اتجاه ردود فعله للحركة الكاذبة التى أدت عليه ، واستخدام هذا النوع من الهجوم بنجاح من جانب اللاعب المهاجم ، يدل على مدى قدرته على التمويه والخداع واستغلال الفرص السانحة التى يقدمها له خصمه .

مما سبق يتضح أن الهجوم الكاذب بمعناه وتعريفه يشكل ركناً هاماً فى المبارزة من حيث ايجاد الظروف والاموضع المناسبة لآداء حركة الهجوم المؤثرة ضد الخصم بنسبة من النجاح كبيرة . كما أنه فى الاستطاعة القول بأن هذا الهجوم يشكل المجال التطبيقى العملى والفعلى لمعظم حركات الهجوم الخاصة بالمبارزة . وايجاد وخلق الفرص لها لتأديتها بنجاح ورفع مستوى آدائها فى المكان والوقت المناسبين بكفاءة عالية .

## متنوعات الهجوم

هناك عدة أنواع أخرى من حركات الهجوم ، يمكن استخدامها بنجاح ضد الخصم ، يسمح بها التوقيت الحركي الخاص بسلاح الشيش بصفة خاصة والمبارزة بوجه عام ، منها ما يعتمد على استغلال عنصر التوقيت الخاص بحركة سلاح الخصم لصالح اللاعب المهاجم ، ومنها ما يعتمد على أخطاء الخصم ومواقفه السلبية تجاه حركات اللاعب المقابل .

وسوف نتعرض لهذه الانواع المختلفة بالشرح على الوجه التالى :

### حركات الاعداء على الهجوم أو تجديد الهجوم :

الاعداء تلى الهجوم أو تجديده ، عبارة عن القيام بالهجوم ضد الخصم ، ثم الاستمرار فى هذا الهجوم ما دامت هناك فرصة لذلك نتيجة لاطياء الخصم أو نتيجة لمواقفه السلبية الغير مؤثرة ، ذلك أن هذه الحركات الهجومية ، تشكل حركة هجوم جديدة تلى مباشرة حركة هجوم أولى لم تصل الى هدف المنافس ، بهدف عدم التخلّى عن فكرة الهجوم على الخصم وتجديدا لها فى محاولة لتسجيل اللمة ضده ، حيث أن هذا الخصم عندما لا يقوم أو يتردد بطريقة ايجابية مؤثرة على حركة الهجوم الاولى من اللاعب المهاجم ، يفقد أفضليته للتوقيت الحركي بالسلاح ، وهنا يمكن للاعب المهاجم من أن يستمر فى هجومه مجددا اياه بحركة تالية تلى الحركة الاولى مباشرة .

هذه الحركات المجددة للهجوم تنحصر فى التالى :

### ١ - حركة تكرار الهجوم

عبارة عن تجديد لحركة الهجوم الاولى ، التى دافع عنها الخصم بدون رد أو الذى تجنب أو تفادى هذه الحركة الاولى بالتقهقر للخلف

أو بجسمه أو ابتعد بجسمه بعيدا عن متناول النصل المهاجم ، وذلك بإداء حركة هجوم ثانية تلى الحركة الاولى اما بسيطة أو مركبة تؤدي في نفس خط الهجوم الاول أو في خط آخر • وهناك حالتان يتم بهما تنفيذ هذه الحركة •

أ ) اذا ما قام الخصم بالدفاع الناجح ضد حركة الهجوم الاولى والثبات في مكانه دون قيامه بالرد أو تردد في ذلك ، تؤدي حركة الهجوم الثانية من جانب اللاعب المهاجم من وضع الطعن ، اما في نفس خط الهجوم الاول أو في الخط المقابل له •

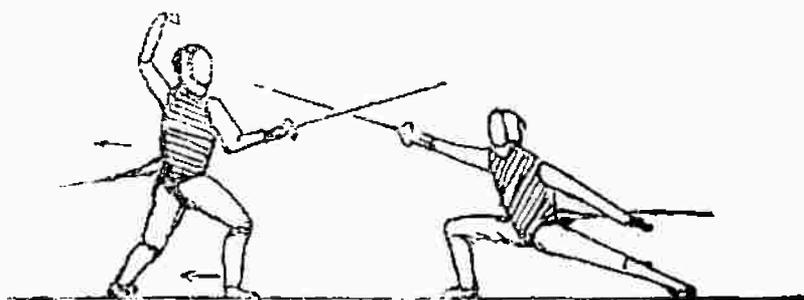
ب) اذا ما قام الخصم بالدفاع الناجح ضد حركة الهجوم الاولى مع التقهقر الخلف ودون قيامه بالرد أو ابتعد بجسمه بعيدا عن متناول النصل المهاجم ، تؤدي حركة الهجوم الثانية من جانب اللاعب المهاجم، مع عودة غير كاملة سريعة للإمام لوضع التحفز لتعويض المسافة التي تقهقرها الخصم ، على أن تتخذ هذه الحركة اما نفس الاتجاه أو تتخذ الاتجاه الآخر المقابل له •

ويجب العلم بأن هذه الحركة تؤدي بنجاح مضمون مع اللاعب الذي لا يتقن أداء حركة الرد الاتقان التام سواء من ناحية السرعة أو الأداء الحركي ، أو يتردد كثيرا في ذلك ، متخذا موقفا سلبيا بالنسبة لحركة الهجوم الاولى •

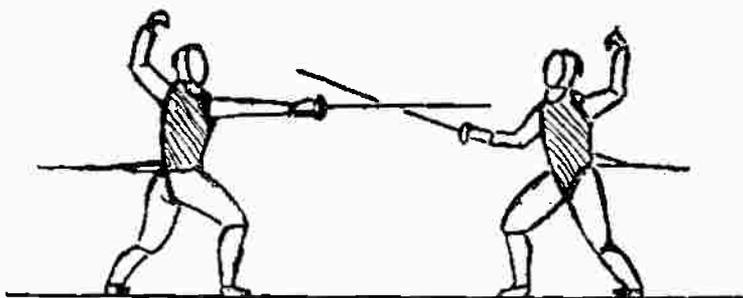
## ٢ — حركة استعادة الهجوم (معاودة الهجوم)

عبارة عن حركة هجوم جديدة ، تلى حركة هجوم أولى بعد العودة الى وضع التحفز الكامل مباشرة ، على أن تؤدي اما في نفس خط الهجوم

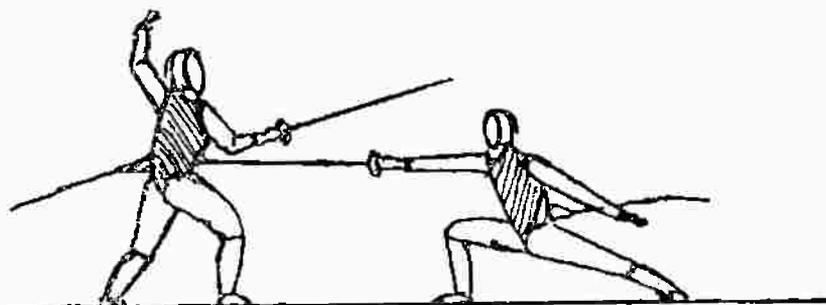
الاولى أو فى الخط المقابل له ؛ وذلك فى حالة عدم قيام الخصم بالدفاع الناجح ضد حركة الهجوم الاولى والثبات دون قيامه بالرد الكامل الفعال والمؤثر ، أو فى حالة الدفاع الناجح مع التقهقر للخلف مبتعدا بجسمه بعيدا عن متناول النصل المهاجم دون القيام برد ناجح • ويترتب على هاتين الحالتين من حيث الاستعداد لآداء حركة الهجوم الجديدة ما يلى :



(شكل ٤٧) الهجوم الاول



(شكل ٤٨) العودة لوضع التحفظ



(شكل ٤٩) حركة استعادة الهجوم

أ) فى حالة قيام الخصم بالدفاع الناجح والثبات فى مكانه دون رد فعال ، يقوم اللاعب المهاجم بالعودة العادية الى وضع التحفز على أن يلى ذلك مباشرة قيامه بآداء حركة الهجوم الثانية دون تردد .

ب) فى حالة قيام الخصم بالدفاع والتقهر للخلف دون رد مؤثر، يقوم اللاعب المهاجم بالعودة الامامية بالقدم الخلفية الى وضع التحفز حتى يمكن تعويض المسافة التى تقهقرها الخصم للخلف ، على أن يلى ذلك مباشرة القيام بآداء حركة الهجوم الثانية دون تردد .

هذه الحركة من حركات تحديد الهجوم ، تؤدى بنجاح مع اللاعب الذى تنطوى طريقة آدائه لحركات السلاح على خطورة ما من حيث الاتقان والآداء السليم لها الى حد ما . ولذلك يتحتم على اللاعب المهاجم أن يعود الى وضع التحفز بالكامل استعدادا للهجوم مرة ثانية حتى يتفادى أى حركة مضادة من جانب الخصم والتى من الجائز أن تشكل بعض الخطورة عليه ولو عن غير قصد .

## ٢ - حركة تكملة الهجوم (التثبيت)

عبارة عن حركة تجديد مكملة للهجوم الاول ، تؤدى من الثبات فى وضع الطعن دون عودة الى وضع التحفز مع الاتجاه بنصل السلاح فى نفس خط الهجوم الاول وفى نفس خط دفاع الخصم أو فى الخط المقابل لكل منهما ، على أن يراعى أيضا عدم سحب الذراع المسلحة للخلف بعد قيام الخصم بالدفاع ضد حركة الهجوم الاولى والثبات بها ممتدة الى الامام فى اتجاه هدف الخصم .

ويتم الآداء الفعلى لهذه الحركة باعادة وضع ذبابة النصل الضاغطة

مرة ثانية فى محاولة للمس الخضم بعد فشل الحركة الاولى فى الوصول الى الهدف وتسجيل اللمسة عليه ، وحتى يمكن ضمان آدائها بطريقة سليمة ، يجب على اللاعب المهاجم أن يقوم بتعطيل دفاع الخضم قبل انقيام بالتكملة •

وهناك نوعان للهجوم بحركة التكملة من حيث الاتجاه الحركى هما :

### أ ) التكملة المباشرة :

ويتم أداء هذا النوع فى نفس خط الهجوم الاول وفى نفس خط دفاع الخضم فور قيام الخضم بالدفاع مباشرة •

### ب ) التكملة الغير مباشرة :

ويتم أداء هذا النوع فى خط آخر غير خط الهجوم الاول وفى اتجاه آخر غير الاتجاه الذى تم فيه دفاع الخضم •

ويجب العلم بأن هذه الحركة لا تؤدى على الخضم الذى يقوم بأداء حركة الرد بسرعة ودقة فى الدفاع ، حيث أنه فى هذه الحالة يعطى القانون الخاص بتوقيت السلاح ، الأفضلية لحركة الرد فى الاحتساب عن حركة التكملة • ولكن يمكن استخدام هذه الحركة بنجاح تام مع الخضم الذى :

- ١ - لا يقوم بالرد السريع المباشر على حركة الهجوم الاولى •
- ٢ - يقوم بالرد البطيء والتردد فى آدائه •
- ٣ - يقوم الرد على الهجوم الاول بحركات مركبة مع المناورة بسلاحه كثيرا •

٤ - يقوم بأداء حركة الرد على الهجوم الاول بطريقة خاطئة غير سليمة .

٥ - تقهقر الى الخلف قليلا باهمال دون القيام بحركة الرد .

٦ - لا يقوم بأداء حركة الرد بتاتا .

أما من حيث الدفاع ضد حركة تكملة الهجوم فهناك طريقتان :

أ ( تكرار حركة الدفاع التى أدت ضد حركة الهجوم الاولى .

ب) الدفاع باستخدام حركة ربط مناسبة لسلاح الخصم مع الضغط عليه للخارج لايقافه عن الحركة واخراجه بعيدا عن الهدف مع ضرورة عدم ترك سلاح الخصم مطلقا حتى يضطر الى العودة الى وضع الاستعداد والتخلى عن القيام بالتكملة .

## حركة الهروب

هذه الحركة تشبه الى حد كبير حركة الهجوم البسيط المسماة بتغيير الاتجاه من حيث طريقة الأداء والاتجاه الحركى لها بالنسبة لسلاح الخصم، الا أنها تؤدي والذراع المسلحة ممتدة أصلا الى الامام فى اتجاه اللاعب قبل بدء القيام بأدائها عندما يقوم هذا الخصم بمحاولة مسك أو ربط أو تغيير الالتحام مع النصل الممتد فى اتجاهه ، كما تعتمد على استقلال عنصر التوقيت الخاص بحركة سلاح الخصم مما يعطى لها الاسبقية فى الاداء من الناحية الزمنية ، اذ أن هذين العاملين يشكلان أساس هذه الحركة وطبيعتها .

## الخطوات التعليمية :

- تمتد الذراع المسلحة للامام مع نصل السلاح فى خط مستقيم واحد فى اتجاه هدف الخصم .

— فى اللحظة التى يحاول فيها الخصم الهجوم على هذا النصل الممتد فى اتجاهه بغرض ازاحته بعيدا أو السيطرة عليه وذلك بالدوران حوله للامساك به ، يقوم اللاعب المهاجم بالهروب بنصل سلاحه الى الاتجاه الآخر من نصل سلاح الخصم على أن تظل ذراعه المسلحة ممتدة للامام ، مستخدما فى ذلك ، اصبعى السبابة والابهام ورمخ اليد المسلحة فى حركة سريعة رشيقة ، بحيث يتم هذا الانتقال بالنصل أسفل سلاح الخصم فى الخطوط العليا ، وبالعكس فى الخطوط السفلى ، ويجب العلم بأن هذه الحركة غالبا ما تؤدى بنجاح اذا ما تم استخدامها فى الخطوط العليا .

— يلى الهروب بالنصل ، قيام اللاعب بأداء حركة الطعن للامام فورا وبطريقة مباشرة دون تردد ، مع مراعاة تجنب الالتحام مع نصل الخصم .

### الظروف المناسبة لاستخدام هذه الحركة :

١ — عند محاولة الخصم القيام بأداء احدى الهجمات النصلية على النصل الممتد فى اتجاهه .

٢ — عند محاولة الخصم القيام بالتحضير لاحدى هجماته بحركة تغيير الالتحام .

٣ — عندما يحاول القيام باحدى المسكات النصلية وخاصة المسك بالالتفاف .

### — المبارزة المتقاربة

المبارزة المتقاربة ، عبارة عن محاولة كل من الخصمين تسجيل لمسة

على الآخر ، وفى نفس الوقت منع كل منهما الآخر من اصابته ، وذلك بعد فشل هجوم كل منهما على الآخر . الذى غالباً ما تسبقه خطوة التقدم للامام بالقدمين - واصرارهما على نجاح هذا الهجوم مما يجعلهما فى وضع متقارب بالسلاح والجسم . وفى هذه الحالة يسمح القانون باستمرارهما فى المبارزة ما لم يحدث بينهما احتكاك أو تصادم جسمانى يؤدي الى خطورة ما ، أما اذا حدث ذلك ، توقف المبارزة فوراً بأمر من رئيس الحكام ، وتبدأ من جديد فى نفس المكان بعد أن يبتعد كل منهما عن الآخر بمسافة مناسبة (متران على الاقل) . وهى ما يطلق عليها فى هذه اللاحظة تلامس الاجسام حيث أن ذلك ممنوع قانوناً .



## الفصل الثالث

### الهجوم بالفرض الثانى أو الدعوة للهجوم

هذا النوع من الهجوم ، ينحصر معناه فى محاولة اللاعب الذى يرغب فى القيام بهجوم ما أو يوقع خصمه فى فخ أو مصيدة، يستطيع عن طريقها ومن خلالها تنفيذ ما ينوى استخدامه من حركات الهجوم المناسبة والمؤثرة حتى يتمكن من تسجيل اللمسة على الهدف . وذلك بأن يجبر الخصم على أداء حركات معينة بحيث يكون المهاجم على علم سابق بها وعلى ثقة تامة بأن منافسه سوف يقوم بأدائها ؛ نتيجة لدراسة سابقة لاتجاهات وحركات ردود الفعل لدى هذا المنافس بالنسبة للحركات التى تؤدى عليه ، وبعد أن يستجيب الخصم لهذه الحركات تصبح هذه الاستجابة من جانبه هى المصيدة التى يمكن ايقاعه فيها والقيام فوراً بأداء الحركات الهجومية التى يتشكل منها هذا النوع من الهجوم . كما يجب أيضاً أن يقوم اللاعب المهاجم بدراسة نواحى القوة والضعف لدى الخصم حتى يتعرف على مدى قوته من حيث درجه اتقانه للاداء الحركى لحركات المبارزة من عدمها ، وبذلك يمكن له أن يضح الخطة المناسبة للهجوم والتي تتضمن له النجاح فى الوصول الى الهدف وتسجيل اللمسة المطلوبة .

ويتم أداء هذا النوع من الهجوم باحدى الطريقتين الآتيتين :

**الطريقة الاولى :** أن يقوم اللاعب المهاجم بأداء حركة هجومية أو أكثر فى اتجاهات معينة ضد الخصم ، تكاد تكون كاملة الأداء الى أن

يستجيب لها هذا الخصم بحركات مضادة تشكل ردود الفعل لحركات المهاجم والتي يجب عليه أن يتوقعها وعلى ثقة تامة من أن الخصم سوف يؤديها . وفى الوقت الذى تتم فيه هذه الاستجابة ، وفى الحال ، يقوم اللاعب المهاجم بأداء حركة الهجوم المناسبة المؤثرة التى تتناسب مع أوضاع واتجاهات رد فعل الخصم . وفى هذه الحالة تأخذ الحركة صفة الهجوم على التوقيت الخاص بالحركة الدفاعية للخصم .

**الطريقة الثانية :** أن يقوم اللاعب المهاجم بوضع نصل سلاحه فى اتجاه معين وهى وضع ثابت ، فى محاولة لاغراء الخصم بالقيام بأداء حركة هجوم على منطقة معينة من هدفه ، وبذلك يصبح هذا الاغراء بالهجوم عبارة عن المصيدة التى يوقع بها اللاعب المهاجم خصمه فى الفخ، واذا ما حدث أن قام الخصم بالهجوم فعلا كما كان متوقعا منه ، وفى الحال ، يقوم اللاعب المهاجم بتفادى هذه الهجمة وتجنبها أو الدفاع ضدها، ويلى ذلك مباشرة القيام بالهجوم الرئيسى — الذى يجب أن يكون مفاجئا للخصم — ودون تردد بالحركة المناسبة التى تتناسب مع اتجاه ووضع حركة هجوم الخصم . وفى هذه الحالة تأخذ الحركة النهائية المذكورة صفة الهجوم على التوقيت الخاص بحركة هجوم الخصم التى تشكل المصيدة التى يقع فى حبالها .

يتضح مما سبق أن استخدام هذا النوع من الهجوم ضد الخصم بنجاح ، يحتاج الى كفاءة تامة فى أداء مختلف حركات المبارزة الهجومية والدفاعية فى جميع الاتجاهات من حيث الحساسية الكاملة لمسافات المبارزة ، والاحساس السليم بتلامس نصلى السلاحين وحركاتهما ، والتوقيت المناسب المضبوط ، مع توافر عنصر السرعة فى الأداء ، وهذا لا يتواجد الا مع اللاعب الممتاز أو الجيد على الاقل ، ولذلك ، يجب ألا

يستخدم هذا النوع من الهجوم ، الا بين اللاعبين ذوى المستويات المتقاربة فى فن المبارزة ، على اعتبار أن الحركات المتبادلة بين الخصمين يجب أن تكون سليمة الأداء من الناحيتين الحركية والزمنية ، ولايختلفان فى المستوى الا فيما يتعلق بمقدرة أحدهما على الايقاع بالآخر فى المصيدة التى تمهد لها حركة الدفاع أو الهجوم الاولى من جانب اللاعب المهاجم .

وعلى هذا الاساس ، يجب عدم تدريب اللاعبين المبتدئين على هذا النوع من الهجوم ، حيث أنهم لن يستطيعوا الاستفادة فى مبارزاتهم مادامت الحركات الاساسية المبارزة لم يتقنوا أداءها بعد . وعلى العكس من ذلك يجب الاهتمام بتدريب اللاعبين ذوى المستوى الجيد فى فن المبارزة على هذا النوع من الهجوم ، حيث أنهم فى هذه الحالة يمكن أن يستفيدوا من استخدامه أثناء المبارزة . أما من ناحية الأداء الحركى لهذا النوع ككل ، فلقد دلت التجارب على أن استعمال الحركة القصيرة السريعة أو الحركة البطيئة الطويلة الممدى بالنسبة لامتداد الذراع المسلحة ، لها فائدتها الفعالة فى المراحل الاولى من أداء هذا الهجوم عند محاولة اللاعب المهاجم ايقاع خصمه فى المصيدة التى يعدها له .

ويجب العلم بأن هذا النوع من الهجوم . يمكن أن يؤدي على الغرض الثالث والرابع وذلك فى حالة ما اذا كان الخصم لم ينخدع أو يستجيب الى الحركة الاولى ، وهنا تؤدي عليه الحركة الثانية وهكذا حتى يستجيب لاحداها بحركات رد الفعل المطلوبة .

100

100

100

100

100

## الفصل الرابع

### الهجوم المضاد

الهجوم المضاد عبارة عن حركة هجومية يقوم بأدائها اللاعب على منافسه فى توقيت مناسب ، أثناء تأديته الهجوم أو أثناء الاعداد له باحدى الحركات التمهيدية ، مع ملاحظة أن هذا النوع من الهجوم بصفة عامة يتم أدائه فى أحوال خاصة وتحت ظروف معينة تنحصر فيما يلى :

١ — تستخدم بنجاح مع الخصم الذى لا يتقن أداء الحركات الخاصة بالهجوم بالطريقة السليمة ، خاصة اذا ما كانت هذه الحركات تؤدى فى مدى حركى كبير .

٢ — التردد فى أداء الهجوم بعد الاعداد له من جانب الخصم .

٣ — البطء فى تنفيذ حركة هجوم الخصم .

٤ — اختلال توازن جسم الخصم أثناء قيامه بالهجوم .

٥ — أداء الخصم لحركة الهجوم وذراعه المسلحة منثنية وليست ممتدة للامام بالقدر الكافى .

٦ — قيام الخصم بالهجوم على عدة مراحل متتابعة مستخدما حركة التقدم للامام .

٧ — تأخر الخصم بالهجوم فى أداء حركة الطعن بعد أدائه لحركة الذراع المسلحة الهجومية .

٨ - أداء الخصم لحركات الهجوم التي يقوم بها بتوقيت غير سليم .

٩ - عندما لا يقوم الخصم بتكملة حركة الهجوم التي يؤديها الى نهايتها .

١٠ - عندما يتراجع الخصم عن أداء حركة الهجوم التي ينفذها في آخر لحظة .

هذه الحالات السابق ذكرها ، تعطى الفرصة الكاملة للاعب بالقيام بأداء حركات الهجوم المضاد التي تتناسب مع كل حالة منها بالحركة المناسبة في الاتجاه المناسب ، على أن يراعى دائما توافر السرعة والدقة في أداء حركة الهجوم المضاد المستخدمة في الوقت المناسب حتى يمكن الحصول على التأثير المطلوب منها في إصابة الخصم ، علاوة على ضرورة اتباع عنصر المفاجأة عند أداءه .

يتضح مما سبق ، ضرورة قيام الخصم بالبدء في أداء حركة الهجوم أولا حتى يمكن القيام بالهجوم المضاد ضده بالتالى ، والا خرجت الحركة المستخدمة معه عن المفهوم الذي يقصد به من معنى الهجوم المضاد .

### أنواع الهجوم المضاد :

هناك نوعان أساسيان من هذا الهجوم تنحصر في الآتى :

#### ١ - الهجمة الزمنية - الطعنة الزمنية :

يستخدم هذا النوع من الهجوم المضاد مع الخصم الذي يقوم بهجوم مركب من عدة حركات سليمة الأداء على درجة كبيرة من الدقة

والاقتان • وبناء على ذلك يتم أداء الطعنة الزمنية بالحركة المناسبة على نهاية توقيت حركة هجوم الخصم مباشرة حيث يقوم اللاعب فى هذه اللحظة بمنع الخصم من أداء هجومه بنجاح أولا بحركة دفاعية سريعة خاصة باحدى طرق المسكات النصلية الدفاعية يليها مباشرة القيام فورا بتنفيذ هذا النوع من الهجوم المضاد الذى يتم على مرحلتين متتاليتين فى توقيت سريع دون أن يكون هناك فارق زمنى بينهما هما :

**الاولى :** القيام بأداء حركة دفاع سريعة مناسبة ذات اتجاه سليم ضد هجوم الخصم مع السيطرة التامة على نصل سلاحه لمنعه من الافلات قبل القيام بحركة الهجوم بالطعنة الزمنية • وكما سبق أن ذكرنا، يستحسن استخدام طرق الدفاع باحدى المسكات النصلية قبل القيام بالمرحلة الثانية •

**الثانية :** الشروع فى القيام بحركة الهجوم المضاد بالطعنة الزمنية ذاتها بالحركة المناسبة فى الاتجاه السليم بالتوقيت المناسب مع فرد الذراع المسلحة للامام واستمرار السيطرة على نصل سلاح الخصم مفرض اخراج ذبابة الضغط بعيدا عن الهدف ، وتستمر هذه السيطرة حتى الانتهاء من أداء هذه الحركة المضادة الهجومية •

**مثال ذلك :**

— قام الخصم بالهجوم بضرب نصل السلاح فى الاتجاه السادس كحركة تمهيدية أتبعها بحركة هجومية مركبة عديدة (واحد اثنين) ثم شرع فى انهاءها •

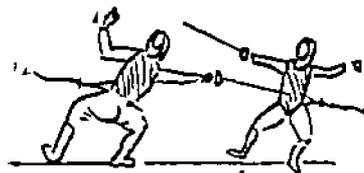
— على اللاعب الآخر — فى هذه الحالة — القيام بالدفاع السادس مستخدما المسكة النصلية بالربط الدائرى فى حركة سريعة لمنع الخصم

من تحقيق هدفه • على أن يستمر فى ملامسة نصل سلاحه للسيطرة عليه واخراجه بعيدا عن الهدف المقصود •

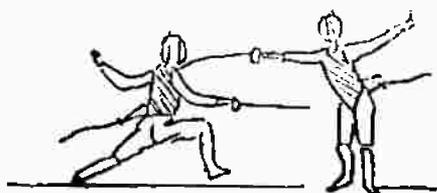
— يلى ذلك مباشرة وفورا ، القيام بتنفيذ الهجوم المضاد بالطعنة الزمنية ذاتها مع استمرار السيطرة على نصل سلاح الخصم حتى الانتهاء من تنفيذ هذا الهجوم •

## ٢ — هجمة الايقاف — ضربة الايقاف :

هذا النوع من الهجوم المضاد ، عبارة عن حركة هجوم فقط يقوم بأدائها اللاعب فورا وبطريقة مباشرة على حركة هجوم الخصم دون دفاع ، تهدف الى ايقاف حركة هجوم هذا الخصم عند أول مراحل آدائها وتعطيلها ، ويتم ذلك بوضع السلاح والذراع المسلحة ممتدة للامام فى اتجاه هدف الخصم مع الثبات بقبضة اليد المسلحة وتوجيه ذبابة السلاح بدقة فى محاولة لتسجيل اللمة ، على أن يقوم اللاعب — زيادة فى الحيطة والحذر — بتغيير وضع واتجاه وضع الاستعداد الخاص به الى اتجاه مناسب مغاير لاتجاه هجوم الخصم ، أثناء آدائه لهذا النوع من الهجوم حتى يستطيع أن يتفادى اصابته بلمسة نتيجة للهجوم الواقع عليه •



(شكل ٥٠) طعنة الايقاف من أسفل



(نسل ٥١) طعنة الايقاف من أعلى

وهذا النوع يستخدم مع الخصم الذى :

- يقوم بحركة هجوم أو يؤديها ببطء ظاهر .
- يعود بذراعه المسلحة للخلف بعد أن يقوم بفردها للامام .
- يؤدى حركة الهجوم على مرحلتين أو أكثر بطريقة آداء غير سليمة .
- يكثر من الهجوم بحركات مركبة أكثر من اللازم .
- يؤدى حركات السلاح بصفة عامة فى مدى حركى واسع أكثر من اللازم .

ويلاحظ أن النقاط الاساسية فى هذه الحالات ، تنحصر فى بقاء الحركة الهجومية والآداء الغير سليم والتردد فى القيام بالهجوم وعدم الحذر . ولذلك يمكن القول بأن هذا النوع من الهجوم المضاد يؤدى خلال الفترة الزمنية التى توجد بين لحظة بدء حركة هجوم الخصم وبين نهايتها دون الحاجة الى القيام بحركة دفاعية ، حيث أنه يوجد الوقت الكافى لاستخدام مثل هذه الحركة ضد الخصم كما يجب أن يراعى اللاعب آداء هذا الهجوم المضاد فى سرعة تامة وثبات كامل بحركة خاطفة ذات توقيت

واحد ودون أية حركات تمهيدية ، حتى يتواجد عنصر مفاجأة الخصم بها دون أن ينتبه لها نظرا لانشغاله أو انصرافه بحركة هجومه الشخصية .

**مثال ذلك :**

قام الخصم بالهجوم بحركة مركبة من (واحد – اثنين) مع التقدم خطوة للامام وقبل قيامه بأداء حركة الطعن بالتقدم ، عاد بذراعه المسلحة الى الخلف .

فى هذه اللحظة ، يقوم اللاعب بفرد ذراعه المسلحة وتوجيه النصل فى اتجاه الهدف مباشرة وفى محاولة لتسجيل اللمسة بهذا النوع من الهجوم المضاد دون أن يقوم بأية حركة دفاعية .

وهناك نوعا ثالثا ، يمكن اعتباره هجوما مضاد ، كما يمكن اعتباره حركة هجومية مستقلة قائمة بذاتها تتميز بتوقيت مضاد مستقل ، على أنها عبارة عن حركة هجوم مضاد ضد حركة الهجوم المضاد من جانب الخصم . وهذا النوع يطلق عليه التعبير التالى :

### **الهجوم المضاد المرتد**

ترجع أهمية هذا النوع من الهجوم المضاد ، الى الحاجة الدائمة الى منع الهجمات المضادة من جانب الخصم نظرا لخطورتها الواضحة على اللاعب ، ولذلك يجب التدريب على انتقان آدائه أداء سليما من حيث الاتجاه الحركى والتوقيت الذى تؤدى عليه .

ويتم أداء هذا النوع من الهجوم ، بأن يقوم اللاعب أولا بحركة خداع هجومية أو هجوم غير كامل ضد الخصم ، الذى غالبا ما يرد على

ذلك بهجوم مضاد ضد هذه الحركة من جانب اللاعب المهاجم ، وفى هذه اللحظة ، يقوم اللاعب الذى أدى حركة الهجوم الغير كامل المشار اليها فوراً بآداء الهجوم المضاد المرتد مستخدماً فى ذلك الحركة المناسبة لاتجاه وحركة الهجمة المضادة من الخصم والتي يجب أن يكون متأكداً من اتجاهها ونوعها ، على أن يتم آداء هذا النوع عند بداية حركة الهجوم المضاد من جانب الخصم .

ويؤدى هذا النوع من الهجوم المضاد المرتد بأحدى طريقتين ، يحدد استخدام احدهما ، مدى دقة آداء الخصم لحركة الهجوم المضاد التى يقوم بها .

### الطريقة الاولى :

إذا ما قام الخصم بآداء حركة هجوم مضاد غير سليمة على اللاعب الآخر ، فى هذه الحالة يستطيع هذا اللاعب القيام بحركة هجوم مرتدة ، عند بداية حركة الهجوم المضاد من جانب الخصم بطريقة مباشرة وسريعة دون الحاجة الى القيام بحركة دفاعية ضدها وذلك باستخدام حركة السهم أو احدى حركات الهجوم البسيط كالطعنة المستقيمة مثلاً فى اتجاه مباشر نحو هدف الخصم فى سرعة خاطفة مناسبة .

### الطريقة الثانية :

فى حالة قيام الخصم بالهجوم المضاد بطريقة آداء سليمة متقنة ، عندئذ يجب على اللاعب أن يقوم بالدفاع أولاً لمنع هذه الحركة المضادة من اصابته ، ثم القيام مباشرة وبسرعة وبآداء حركى سليم للحركة المستخدمة فى تنفيذ هجومه المضاد المرتد فى وقت واحد تقريبا مع حركة الدفاع التى تؤدى بحركة ضرب على سلاح الخصم أو بحركة

ربط من حركات المسكات النصلية المناسبة ، حتى يمكن اخراج نصل سلاح الخصم بعيدا عن منطقة الهدف أولا قبل القيام بحركة الهجوم المضاد المرتد والطنع بالقدم الامامية •

ويراعى عند تنفيذ حركات الهجوم المضاد المرتد ملاحظة توقيت قيام الخصم بحركة الهجوم المضاد ، فاذا ما أداها على نهاية حركة هجوم اللاعب الاولى ، عندئذ يجب على هذا اللاعب أن يقوم بأداء حركة الهجوم المضاد المرتد على نهاية حركة هجوم الخصم المضاد أيضا . حتى يمكن ضمان نجاح حركة الهجوم المرتد •

كما يجب ألا يتدرب اللاعب على هذا النوع من الهجوم بصفة عامة الا اذا وصل الى مستوى ممتاز أو جيد على الأقل فى قدرته على أداء حركات المبارزة بالطريقة السليمة والانتقان التام وفى من المبارزة ودرجة اجادته فى استعمال السلاح ، واكتسب التقدير السليم والحساسية التامة لحركات الخصم ومسافات المبارزة بينهما •

وأخيرا ...

ملاحظة :

يجب العلم جيدا بأن الحركات السابق ذكرها وخاصة ما يتعلق بالهجوم ، ليست كل حركة منها مستقلة عن الاخرى كلية ولا شأن لاحداها بغيرها ، بالرغم من أن كلا منهما تشكل وحدة قائمة بذاتها — ذلك أن اعتبار فكرة أداء كل حركة منها بصفة منفردة تعتبر فكرة خاطئة ، فالى جانب امكان استخدام كل حركة على حده فى القيام بالهجوم على الخصم ، يجب ألا يغيب عن البال أيضا امكان استخدام أكثر من حركة هجومية فى أداء هجوم ما ، باعتبار أن الحركة الاولى تكمل الثانية

وهذه مكملة للثالثة وهكذا ، متى أمكن ذلك تبعا لنوع واتجاه الحركة المضادة من جانب الخصم ، على أن يعتمد اللاعب فى تحقيق ذلك على مهارته الحركية العالية فى أداء حركات المبارزة المختلفة .

### مثال ذلك :

قيام اللاعب بالهجوم على الخصم بحركة الضرب ، يتبعها بحركة تغيير الاتجاه والطنن واذا لم يستطع احراز اللمة نتيجة لقيام الخصم بالدفاع الناجح ، يعود اللاعب الى وضع الاستعداد مرة اخرى تمهيدا لأداء حركة هجوم أخرى أو القيام بالدفاع اذا ما هاجمه الخصم؛ كل ذلك فى حركة متتابعة ومتبادلة معه . وهكذا مع مراعاة اختيار حركة السلاح المناسبة فى الاتجاه المناسب وآدائها بالتوقيت المخبوط .



## الباب السابع

### الفصل الاول :

— مهمات اللاعب الكهربائىة الخاصة بسلاح الشيش

### الفصل الثانى :

• — جهاز التحكيم المركزى الكهربائى الخاص بسلاح الشيش



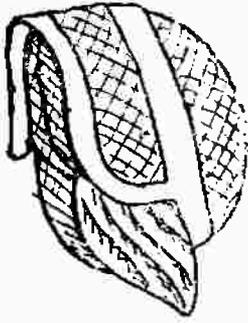
# الفصل الأول

## مهمات اللاعب الكهربائىة الخاصة بسلاح الشيش

تتكون مهمات اللاعب اللازمة المبارزة من الآتى :

١ - **الصديرى المعدنى** : يرتدى اللاعب الصديرى المعدنى الخاص بسلاح الشيش الكهربائى (فقط) فوق السترة العادية ، ويتم تسجيل اللمسات الصحيحة عليها فقط ذلك أنه يجب أن يغطى السطح الموصل منه منطقة الهدف القانونى للمبارزة بسلاح الشيش وبدون اغفال أى جزء منها عندما يكون اللاعب فى وضع التحفز والطن ، كما يجب أن يكون ارتفاع الياقة لهذا الصديرى ٣ سم على الاقل : وأن يعزل السطح الداخلى له ببطانة من النايلون أو بأى معالجة مناسبة لعزل اللاميه (وهو نسيج يدخل فى الخيوط المعدنية للصديرى) . كما يجب أيضا أن يكون عرض الشريط المعدنى المار بين الرجلين عند منطقة العانة ٣ سم على الاقل .

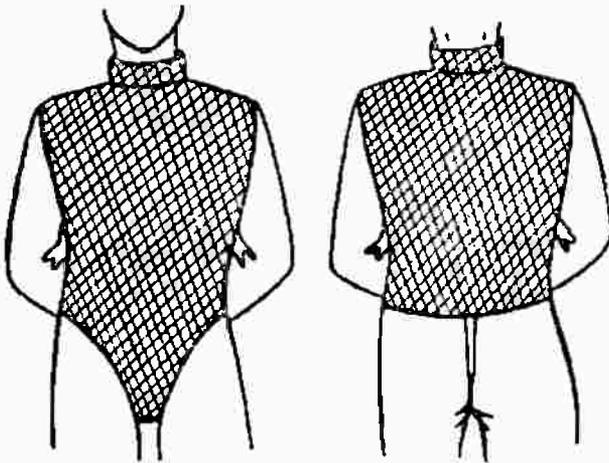
٢ - **القناع** : وهو الغطاء الذى يحمى الوجه والرأس والرقبة أثناء المبارزة . ويبلغ اتساع فتحات شبكته المعدنية من الصلب القوى ما بين ٢ر١ ، ١ر مم ، كما يجب أن يكون الجزء الخارجى من القناع أبيض اللون (تعديل يونيو ٦٥)؛ وألا تتخفف بطانته أكثر من ٢ سم أسفل ياقة السترة الكهربائىة، كما يجب أيضا أن يغطى من الداخـل



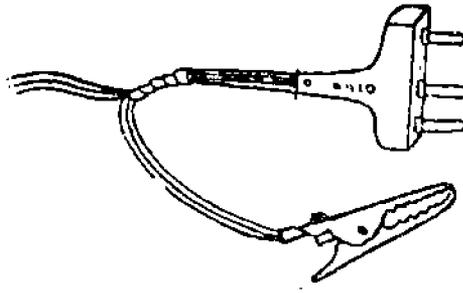
بطبقة عازلة مثل البلاستيك فى  
الاماكن التى يلامس فيها وجهه  
ورأس اللاعب عند المبارزة بسلاح  
الشييش الكهربائى .

(شكل ٥٢) القناع

٣ - سلك الجسم وفيشة التوصيل : يحتوى سلك الجسم - وهو  
من مهمات المبارزة الشخصية - على فيشة وصل عند كل من نهايتيه ،  
الاولى ذات ثلاثة أفرع أو محاور قطر كل منها ٤ مم مرتبة فى خط  
مستقيم ، ويجب أن تبتعد المحاور الخارجية من ١٥ الى ٢٠ مم عن محور  
الوسط . وهذه الفيشة هى التى تستخدم لتوصيل سلك الجسم بسلك  
الملف (البكرة) وكابلات التوصيل المتصلة بجهاز التسجيل الكهربائى  
عن طريق باريزة ذات ثلاثة محاور متطابقة تماما مع محاور الفيشة

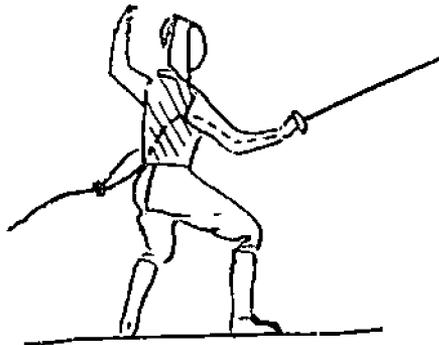


(شكل ٥٣) الصديرى المعدنى



(شكل ٥٤) سلك الجسم

الثلاثة ، المحور الاول على بعد ١٥ مم من المحور الاوسط ويتصل هذا المحور بالصديري المعدني بواسطة مشبك معدني ، والمحور الاوسط بالنسلك الموضوع بمجرى نصل سلاح الشيش ، والمحور الثالث على بعد ٣٠ مم من المحور الاوسط ويتصل هذا المحور بنصل الشيش والحلبة المعدنية . أما الفيثة الثانية التي تتصل بالباريظة المتصلة بالسطح الخلفي للواقى الخاص بالسلاح فتتكون من محورين فقط المحور الاول يتصل بالنسلك الموضوع بمجرى النصل والمحور الثاني يتصل بنصل السلاح والحلبة المعدنية .



(شكل ٥٥) خط سير سلك التوصيل داخل الملابس

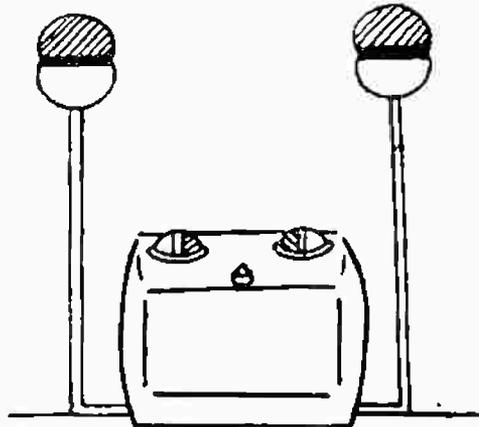
٣ - سلاح الشيش الكهربائى : يجب أن يتوافق فى السلاح الذى يستعمله اللاعب فى مبارزته الشروط الخاصة بسلاح الشيش الكهربائى الكاملة ، ويمنع اللاعب من ممارسته للمبارزة اذا لم تتوفر كل الشروط المطلوبة ، وهذه الشروط سبق أن ذكرت ويمكنك الاطلاع عليها - أيها القارئ - فى القانون الدولى للسلاح .

## الفصل الثانى

### جهاز التحكم المركزى الكهربائى لسلاح الشيش

يصمم جهاز التحكم المركزى الكهربائى الخاص بسلاح الشيش الكهربائى بحيث تتوفر الشروط الآتية فى التصميم عند صناعته مع العلم بأن الجهاز يقوم فقط باعطاء الاشارات الضوئية لمساعدة رئيس الحكام فى تحديد صحة اللمسة ولا يقوم بالحكم القاطع لها ، حيث أن الذى يحدد أحقية اللمسات هو التحليل الحركى لجملة المبارزة الذى يقوم به رئيس الحكام .

— يجب ألا يسجل الجهاز اللمسات التى تؤدى على الطلبة المعدنية أو على الجزء المعدنى من السلاح وفى نفس الوقت لا يمنع تسجيل لمسة يسجلها الخصم داخل الهدف أو خارجه .



(شكل ٥٦) جهاز التحكم المركزى

– يجب أن يوضح الجهاز تسجيل اللامات بإشارات ضوئية. كما يجب وضع مصابيح الاشارات فوق قمة الجهاز حتى تكون واضحة للرئيس والمنافسين والمشرف على الجهاز فى وقت واحد .

– يجب عمل الترتيبات من أجل اضافة مصابيح اعلان خارج الجهاز لزيادة وضوح الاشارات . وتعتبر هذه الاشارات الصادرة عن مصابيح الجهاز هى الفاصلة فى تحديد اللامات .

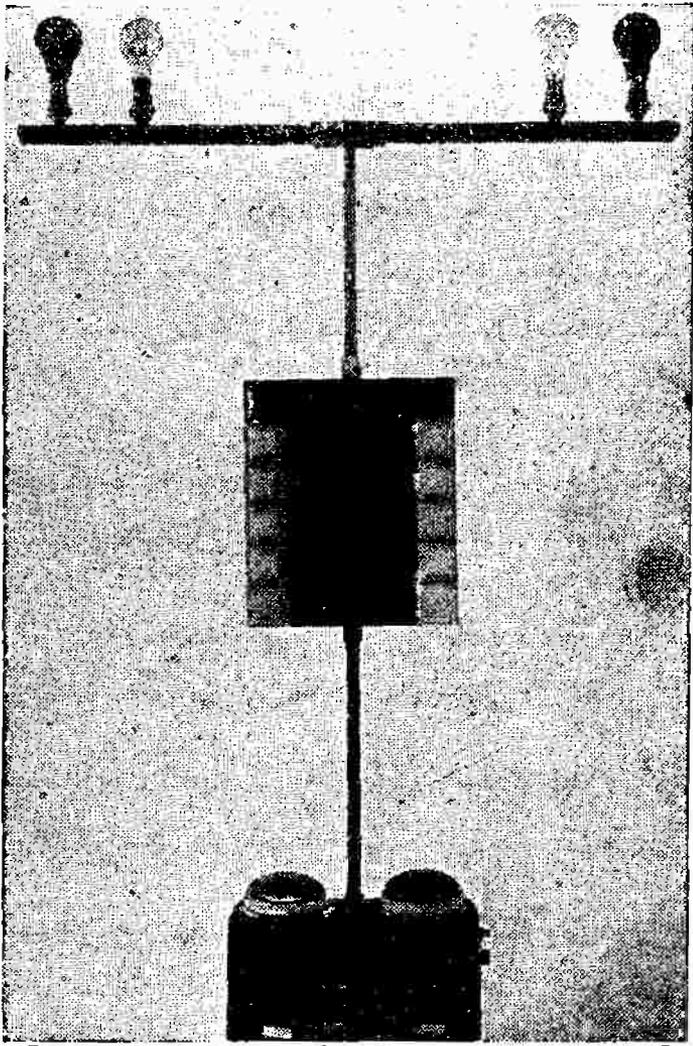
– عندما تضىء مصابيح الاشارات يجب أن تستمر الاضاءة حتى يطفأ الجهاز بواسطة الشخص المكلف بذلك .

– يجب وضع مفاتيح الاطفاء اما فوق الجهاز أو فى مقدمته .

– يجب أن تصحب كل الاشارات البصرية اشارات سمعية (صوتية) أما بجرس قصير أو بجرس مستمر ينتهى أتوماتيكيا بعد ثانيتين كما تصدر الاشارة الصوتية مع الاشارة البصرية فى وقت واحد على أن تكون الاشارة الصوتية على درجة واحدة من الرنين لكلا جانبي الجهاز .

– يزود الجهاز بمصدر للتيار الكهربائى (بطارية أو محول) يمدده بتيار قدره ١٢ فولت أو ١٢×٢ فولت أو ٦×٢ فولت ، ومن المستحسن مد كل جانب من الجهاز بمصدر كهربائى منفصل .

– استخدام مصابيح الاعلان العليا اجبارية فى المنافسات الرسمية للاتحاد الدولى للسلاح ، ويجب وضع هذه المصابيح على ارتفاع حوالى ١٨٠ سم فوق مستوى الحلبة كما يجب ألا يبعد المصباحان اللذان فى جانب واحد عن بعضهما أكثر من ١٥ سم ويجب أيضا أن تبعد كل



(شكل ٥٧) مصابيح الاعلان العليا

مجموعة عن الاخرى مسافة ٥٠ سم على الاقل • وتصمم مصابيح  
الاعلان بنفس ترتيب المصابيح البيضاء والملونة فى الجهاز •

— يسجل الجهاز اللصة عند انقطاع التيار الكهربائى المار فى

دائرة سلاح الشيش ويدل هذا على أن التيار الكهربائي يسرى فى دائرة الشيش باستمرار ويقطع عند تسجيل اللمسة •

— يعمل الجهاز على اظهار اشارة ضوئية حمراء فى أحد جوانبه واطارة خضراء فى الجانب الآخر عند تسجيل لمسة داخل نطاق الهدف، ويظهر اشارة ضوئية بيضاء فى كلا الجانبين عند تسجيل لمسة خارج نطاق الهدف • ومعنى ذلك أن لكل جانب من الجهاز مصباحان أحدهما ملون والآخر أبيض •

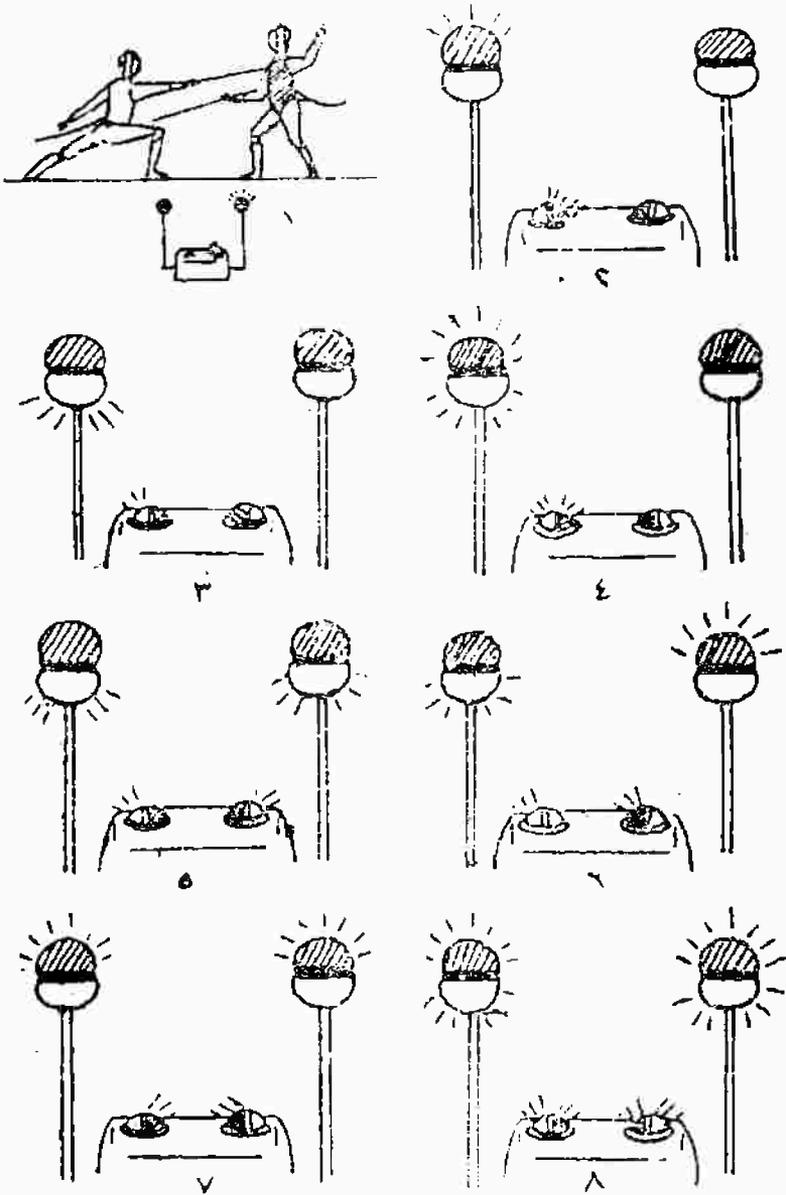
— يجب أن يسمح الجهاز بتسجيل لمسة على الهدف بعد لمسة خارج الهدف فى نفس الجانب من الجهاز •

— وعلى العكس من ذلك ، لا يسمح الجهاز بتسجيل لمسة خارج الهدف بعد لمسة الهدف فى نفس الجانب من الجهاز •

— يجب ألا يدل الجهاز على أسبقية بين لمسة تسجيل على أحد المنافسين وأخرى تسجل على خصمه •

— يجب أن يمنع الجهاز تسجيل أى لمسات تابعة بعد مرور فترة من الوقت لا تمت بأى صلة الى التوقيت الخاص بالسلاح الذى يعتبر الأساس الرئيسى فى أسس التحكيم تبعاً لاصطلاحات تحكيم المباراة بسلاح الشيش على فترة من الوقت ما بين ثانية واحدة وثانيتين — لذلك يجب أن ينظم عمل الجهاز تبعاً لذلك على فترة زمنية قدرها ثانيتين •

وتبين الرسوم الموضحة فى (شكل ٥٨) كيفية عمل جهاز التحكيم الكهربائى لسلاح الشيش من حيث اعطاء الاشارات الضوئية المسلوقة والبيضاء عند تسجيل اللمسات داخل أو خارج مناطق الهدف ، على



(شكل ٥٨)

رسم توضيحي يبين كيفية اعطاء اشارات الجهاز (٨ أنواع)

اعتبار أن المصابيح المظلة بالرسم تختص بالللمسات الملونة الصحيحة داخل الهدف ، والمصابيح الغير مظلة تختص بالللمسات الغير ملونة (البيفاء) والغير صحيحة خارج الهدف ويوضح ذلك الرسوم من ١ الى ٨ كالتالى :

— الرسم رقم (١) يبين ظهور اشارة ضوئية ملونة (لمسة صحيحة) صادرة من الجانب الايمن للجهاز حيث أن اللاعب المسجلة عليه الللمسة الصحيحة يقف على نفس الجانب الايمن الذى عليه المصباح المضى .

— الرسم رقم (٢) يبين اشارة ضوئية ملونة تدل على تسجيل لمسة صحيحة تدل على اللاعب الذى على الجانب الايسر .

— الرسم رقم (٣) يبين اشارة بيضاء غير ملونة تدل على تسجيل لمسة غير صحيحة أى خارج الهدف على اللاعب الذى على الجانب الايسر

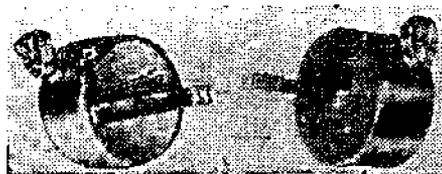
— الرسم رقم (٤) يبين تسجيل لمسة خارج الهدف ولمسة داخل الهدف على نفس الجانب من الجهاز .

— الرسم رقم (٥) يبين لمستان صحيحتان «خارج الهدف» على كلا جانبي الجهاز .

— الرسم رقم (٦) يبين لمسة غير صحيحة على جانب من الجهاز ولمسة صحيحة على الجانب الاخر .

— الرسم رقم (٧) يبين لمستان صحيحتان على كلا جانبي الجهاز .

— الرسم رقم (٨) يبين لمستان صحيحتان ولمستان غير صحيحتان على كلا جانبي الجهاز (الاربعة مصابيح مضاءة) .



(شكل ٥٩) بكرات التوصيل

### بكرات التوصيل (الملفات والكابلات) :

عبارة عن صندوق من المعدن ثقيل الوزن بداخله بكرة يلتف عليها سلك كهربائي مكون من ثلاث فروع ، وهذه البكرة يمكن سحب السلك المذكور منها كما يمكن لفه مرة أخرى بطريقة آلية ومن تلقاء نفسه، هذه البكرة بالسلك الملتف بداخلها يتم بها الاتصال الكهربائي بين سلك الجسم وسلاح التثبيث وبين الجهاز الكهربائي. ويجب أن تتوفر الشروط والمواصفات الآتية في هذه البكرة .

— يجب ألا يقطع الاتصال الكهربائي عندما تدور البكرة (الملف) على آخره .

— يجب أن يسمح الملف دائما بدوران من ١٨ م الى ٢٠ م من السلك دون أن يؤثر ذلك على قوة الزنبرك .

— يجب أن تتضمن الوصلة التي تحمل الباريزة ذات الثلاث محاور التي في نهاية الملف والمصممة لاستقبال فيشة سلك الجسم ذات الثلاث محاور الموجودة عند ظهر البارز اتصالا سليما بحيث يستحيل استعمالها اذا لم يتم الاتصال بطريقة صحيحة كما يستحيل انفصالها أثناء المبارزة

وفى النهاية يمكن القول بأن معظم الاخطاء والموانع التى تجعل الجهاز الكهربائى لا يؤدى عمله على وجه سليم ترجع الى وجود خطأ فى السلاح الكهربائى نفسه أو فى سلك الجسم أو الصديرى المعدنى، وأنه من مصلحة اللاعب أن تكون معداته ومهماته الشخصية دائماً فى حالة سليمة وجيدة • حيث أن هذه الامور تعتبر ضمن نطاق مسؤوليته الشخصية •

## البَابُ الثَّامِنُ

### الفصل الأول :

– درس المِبارزة •

### الفصل الثاني :

– الصفات الواجب توافرها لدى مدرب السلاح •

### الفصل الثالث :

– نبذة عن فن المِبارزة وأسس تكوين خطط اللعب •



# الفصل الأول

## دروس المبارزة

درس المبارزة فى رياضة السلاح ، من المسائل الهامة الضرورية التى يجب العناية بها وعدم اهمالها ، كما يجب اعتباره من الامور الحيوية بالنسبة للاعب فى مختلف المراحل التى يمر بها سواء فى المراحل الاولى لممارسته المبارزة أو فى المراحل المتقدمة ، فالدرس هو المجال الذى تصقل عليه قدرات ومواهب اللاعب العقلية والحركية كلما اعتراها الصدا ، ذلك أن الدرس يعمل على تنمية ملكة حسن التقدير والتصرف السليم لدى اللاعب . كما يعمل على تنمية قدرته الحركية من حيث دقة أداء الحركات الخاصة بالمبارزة وسرعتها ورشاققتها وحيويتها ، علاوة على تكوين وخلق روح المثابرة والجلد وقوة الاحتمال ، وما ينطوى على ذلك من صفات الصبر والاصرار وقوة الارادة وثبات الاعصاب الواجب توافرها لدى لاعب السلاح . على أن يوضع فى الاعتبار من جانب المدرب التكوين الجسمانى والعقلى والقدرة الحيوية لكل لاعب ، عند اعطاء الدروس التى تعطى بمعدل ثلاث دروس فى الاسبوع فى المتوسط على أن تتراوح مدة كل درس ما بين ٨ دقائق ، ٢٠ دقيقة بالنسبة للناشئين المبتدئين تبعاً لاستعداد وقوة احتمال اللاعب ، وما بين ٤٥،٣٠ دقيقة بالنسبة للاعبين المتقدمين ، مع ضرورة وجود فترات راحة لمدة قصيرة ما بين وقت وآخر ، ونظراً لاهمية درس المبارزة ، يمكن القول

بأن الدرس لمدة ١٠ دقائق خير من نصف ساعة من القتال الحر على أن يتم من خلاله تحقيق الاغراض السابق ذكرها .

وعند القيام بتعليم احدى حركات المبارزة سواء فيما يختص بالهجوم أو الدفاع ، يجب أن يمر ذلك على خمس مراحل ، أما المراحل الاربعة الاولى يقوم بتطبيقها المدرب . أما المرحلة الخامسة ، يمكن تطبيقها اما مع المدرب أو مع لاعب آخر .

### المرحلة الاولى :

دراسة الحركة بصفة عامة ومتطلبات آدائها من حيث النصل واليد والقدمين واحدة بعد الاخرى بطريقة منتظمة . ويطلق على هذه المرحلة الناحية التعليمية .

### المرحلة الثانية :

تنمية الدعة فى آداء الحركة بالتوقيت المناسب والتوافق السليم الكامل مع التدرج التصاعدي فى سرعة الاداء بطريقة منتظمة ، ويطلق على هذه المرحلة الناحية الفنية .

### المرحلة الثالثة :

يتدرب اللاعب فى هذه المرحلة على القدرة على انتهاز الفرص المناسبة التى قد يقدمها الخصم لآداء هذه الحركة من جانبه بأكبر قسط من النجاح . ويطلق على هذه المرحلة الناحية التكتيكية .

### المرحلة الرابعة :

تنحصر هذه المرحلة فى التحضير للمباريات ، وذلك بوضع الحركة موضع القتال الفعلى بأن يقوم المدرب بالدفاع أو تجنب هذه الحركة

بإثارة خطأ فى التوقيت وفى تقدير المسافة • وتدخّل السرعة عاملاً هاماً  
فى هذه المرحلة •

### المرحلة الخامسة :

تتم هذه المرحلة باللعب مع زميل آخر فى مباراة تدريبية ، يراعى  
فيها اللاعب بقدر الأمكان ألا يستعمل أى حركة أخرى غير الحركة التى  
يتدرب عليها (مثل تغيير الاتجاه مثلاً) فى الفوز على الزميل •

وبعد أن يتأكد المدرب أن اللاعب قد حقق أكبر نسبة من النجاح فى  
أدائه لهذه الحركة ، ينتقل الى تعليم حركة أخرى متتبعاً نفس التدرج  
مرحلة بمرحلة •

ومن ناحية أخرى يجب على المدرب اتباع عدة قواعد عامة أثناء  
الدرس تنحصر فى التالى :

١ - يجب الاهتمام بطريقة اللاعب فى تحريك النصل وعلى الاخص  
ذيادة السيف والتأكد من أن مصدر الحركة يتركز فى اصبعى الابهام  
والمسبابة والرسمغ وليس الكتف أو الذراع بأكملها •

٢ - يجب ملاحظة أخطاء اللاعب بعناية من حيث طريقة تنفيذ  
الحركات المختلفة واصلاح الخطأ أولاً بأول حتى لا تصبح الحركة  
الخاطئة عادة دائمة من الصعب التخلص منها •

٣ - يجب شرح كل حركة بالفاظ سهلة وبأقل ما يمكن من الكلمات  
مع تحليلها التحليل السليم وبيان فوائدها ومضارها •

٤ - يجب عدم الانتقال من حركة الى اخرى الا بعد ضمان صحة

وفهم وتنفيذ اللاعب لها بالطريقة السليمة ، حيث أن الاداء السليم له  
الاهمية الاولى قبل السرعة ، ذلك أن السرعة فى الأداء لا تلبث أن  
أن تكتسب بالتدريب المنتظم .

٥ - يجب أن يحاط اللاعب علما بأن التنفيذ السليم للحركات  
يفوق فى الاهمية تسجيل اللمسة ذاتها .

٦ - يجب على المدرب التنوع فى حركات الدفاع والهجوم بقدر  
الامكان منعا لتسرب الملل الى اللاعب .

٧ - يجب على المدرب مراعاة تغيير اتجاه اللاعب بالنسبة له أثناء  
الدرس .

٨ - يجب الاحتفاظ باللاعب فى حركة دائمة أثناء الدرس وذلك  
بالتقدم والتقهقر لتقوية ملكة تقدير المسافة المناسبة بينه وبين المدرب .

٩ - يجب عدم التردد فى تعليم اللاعب الحركات المركبة والصعبة  
وتسلسل آدائها متتابعة للوصول الى درجة كبيرة من التلقائية فى الأداء

١٠ - اعطاء فترات راحة كافية ما بين دقيقة وثلاثين ثانية بين  
أجزاء الدرس المختلفة .

### درس القتال الحر

متى اطمأن المدرب الى كفاية اللاعب فى آدائه للدرس ، عليه أن  
يياشر معه شخصيا وبنفسه القتال ، ويعبر عن ذلك بدرس القتال الحر .  
حيث يبدأ اللاعب فى الاعتماد على نفسه فى تطبيق ما تعلمه من مبادئ  
أساسية وحركات خاصة بكيفية المبارزة مع شخص آخر ، وعلى المدرب

التدخل من وقت لآخر لتوضيح أوجه النقص فى الأداء سواء كان فيما يجول بخاطره من حركات أو فى خطته فى المباراة • ومتى اطمأن المدرب بالتالى على حسن تصرفه ، يسمح له بمباشرة القتال الحر تحت اشرافه أولاً ثم بدون اشرافه مع الزملاء من اللاعبين •

## القتال الحر

القتال الحر عبارة عن المباراة الحقيقية بين لاعبين سبق لهما التغلب على صعوبات الدرس ودروس القتال الحر ، فى حدود اللياقة والاحترام والاخلاق الطيبة والتصرف السليم فى اطار القانون الخاص بالمبارزة • فذلك هو المجال العملى والتطبيقى لما تلقاه اللاعب من تعاليم وارشادات، معتمداً فى ذلك على مهارته وسرعته الحركية ، دارساً لنقط الضعف والقوة لدى الخصم • مستخدماً الحركات المناسبة التى تمكنه من اصابته فى حدود ما يسمح به القانون •

بعد أن تحدثنا عن أهمية درس المبارزة ومراحله التعليمية والتدريبية وقواعد الدرس السليم الناجح التى يجب أن يتبعها المدرب من الوجة الفنية فى تدريب لاعبيه ، يجدر بنا أن نذكر بعض الامور الاخرى التى تتعلق بالتدريب على المبارزة •

ذلك أن اللاعب المتقدم ، يجب أن يتدرب بانتظام على مدار السنة دون توقف محدداً أياماً معينة يمارس فيها التدريب حتى يستطيع المحافظة على مستواه الفنى ولياقته البدنية •

كما يجب أن يعمل على تنمية نقاط القوة لديه حتى يكسبها قوتها المطلوبة ، ومن ناحية أخرى عليه أن يقوم باصلاح الاخطاء التى تظهر

أثناء مبارزته وتقوية نواحي الضعف التى تكتشف تباعا ، ويتم ذلك بمساعدة المدرب ومن خلال ممارسة التدريب ،

وأخيرا تأتى فترة الاستعداد للمقابلات والمباريات ، وتتطلب هذه الفترة من اللاعب أن يوضع له نظام تدريبي خاص ، يشمل تطبيق كافة الخطط التى يستطيع تنفيذها أثناء المباريات مع مدربه بحيث يتم ذلك على مستوى مرتفع من الأداء الحركى ، كما يشمل توجيهه الى نقط الضعف والعمل على تجنبها ، وكذلك يوضع له نظام للراحة الفترية والتغذية المناسبة ، علاوة على الاشتراك فى بعض المسابقات التدريبية التمهيدية ذات المستوى الاعلى .

## الفصل الثاني

### الصفات الواجب توافرها لدى مدرب السلاح

وحتى يمكن تحقيق الاهداف والاعراض والقواعد السابق ذكرها لاوصول الى اعلى المستويات ، يجب أن تتوفر عدة صفات معينة فى المدرب القائم على تحقيقها وتناخص هذه الصفات فى التالى :

#### ١ - القدرة الحركية :

ذلك أن المدرب يجب أن يتمتع بقدرة فائقة فى أداء كافة حركات المبارزة الهجومية والدفاعية حتى يستطيع أن يتفاعل حركيا مع اللاعب فى تعليمه الحركات المختلفة وتطبيقاتها المتعددة .

#### ٢ - القدرة الذهنية :

وهى القدرة على تفهم أهداف حركات المبارزة ومراميها ونقل هذا الفهم الى اللاعبين حتى يستطيعون تنفيذها وتطبيقها بالتوقيت المناسب وفى الاتجاه السليم من خلال تكوين خطط اللعب وتنفيذها بصورة مرضية ناجحة وتحين الفرص المناسبة التى تتاح له عند وقوع خطأ حركى من خصمه .

#### ٣ - الخلق الحسن :

يجب أن يتمتع المدرب بالخلق الطيب الحسن والعادات الطيبة والمعاملة الحسنة للاخرين كل بما يستحق حتى يصبح قدوة رائدة للاعبين

يهتدون بها سواء كان ذلك فى أثناء المباريات الرسمية أو الودية أو فى حياتهم العادية الشخصية .

#### ٤ - الخبرة والكفاءة :

ان كفاءة المدرب وخبرته الكبيرة بالمبارزة تلعب دورا هاما فى تكوين اللاعبين الممتاز سواء كانت الكفاءة ، كفاءة حركية أو كفاية ذهنية ، ذلك أن محصلة تلك الكفائتين هى الكفاءة التعليمية والتدريبية ، أى أنه يجب أن يكون مدركا تماما الطرق والخطوات التعليمية ذات المستوى الفنى المرتفع لحركات المبارزة الهجومية والدفاعية، وأساليب تطبيقاتها العملية .

#### ٥ - الشخصية :

يجب أن يتمتع المدرب بشخصية قوية بين لاعبيه تنبثق من معاملته الحسنة والطيبة لهم ومن نواحي سلوكه المختلفة التى تتسم بالحزم والثبات والصواب فى قراراته وآرائه ، بما يؤدى فى النهاية الى أن يكون محبوبا وواضحا فى تصرفاته ويمكن القول بأن الصفات السابق ذكرها اذا ما توافرت بدرجة طيبة لدى المدرب تكون عوامل هامة فى تحديد وتكوين شخصيته وفى تأثيره على من حوله .

#### ٦ - التأهيل التربوى والنفسى :

يجب على المدرب أن يكون مؤهلا دارسا لعلم التربية وعلم النفس حتى يستطيع أن يتعامل تربويا مع نفسيات اللاعبين على اختلاف أنواعهم بالقدر الذى يناسبهم بهدف الارتياح النفسى للاعب أثناء تعلمه لفنون المبارزة وزيادة اقباله على ممارستها دون ما تردد بوجودان راض، وبنفس مستقرة وبشوق زائد مما يجعل اللاعب شغوفا فى ممارسة المبارزة فى أى وقت وتحت أى ظروف .

# الفصل الثالث

نبذة عن

فن المبارزة وأسس تكوين خطط اللعب

تبنى خطط اللاعب فى رياضة المبارزة على حركات الهجوم المختلفة وطرق وحركات الدفاع المتنوعة وتبعا لمستوى الخصم وامكانيات ومستوى اللاعب نفسه الذى يقوم بتنفيذ الخطة . ولقد دلت التجارب على أن الخطط المبنية على الدفاع فقط لا ينتج عنها نتائج حسنة ، وأن الخطط المبنية على الهجوم هى التى تعطى النتائج الحسنة ذلك أن اللاعب المهاجم له الافضلية فى التوقيت دائما فى احتساب اللمسة لصالحه . كما أنه بالتالى يجبر خصمه على القيام بالدفاع دون الهجوم واتخاذ أوضاعا معينة وآداء حركات يمكن له أن يستفيد منها ، واللاعب الذى لديه روح الهجوم دائما يؤثر على موقف الخصم الدفاعى ويزعزعه ، وذلك يعطى له شعورا بأن مستواه أقل من اللاعب المهاجم ، كما يفقده القدرة والشجاعة على القيام بالهجوم على اللاعب الذى يتبارز معه .

ويجب على المدرب أن يدرّب اللاعب فى أوائل مراحل التدريب على روح الهجوم دائما مهما كان مستوى هذا اللاعب وعند التدريب على فن المبارزة يجب على المدرب أن يقوم بتدريب اللاعب على حسب تكوينه الجسمانى وعقليته وشخصيته ومن حيث سرعته الحركية أو كونه عصبياً أو هادئاً الأعصاب .

والاساس الذى تقوم عليه المبارزة الحديثة هو القيام بأداء الحركات



وسرعتها ودقتها بما يتناسب مع المحافظة عليها دائما ولا يدفعه ذلك على الهروب أمام الخصم مما تفقده الفرصة على القيام بالرد على هجوم الخصم ، وعلى هذا يجب الاقتصاد فى كثرة الحركة وآدائها فى الوقت المناسب وعدم الاكثار منها دون داع . وعند القيام بالهجوم يجب ألا يقترب اللاعب جدا من خصمه اذ أن ذلك من شأنه أن يجعل نصل السلاح يخرج عن محيط الهدف المطلوب ، كما ينتج عن ذلك عدم دقة توجيه ذبابة السيف الى هدف الخصم .

ومن المستحسن القيام بأداء الحركات الهجومية على أساس مباشر أى الآداء الغير مكون من حركات مركبة معقدة . وتبدأ هذه الحركات بضرب أو ربط نصل سلاح الخصم . وبهذه الحركات التمهيدية مثل الضرب وغيره لها غرضان أساسيان الاول ارباك الخصم مما لا يعطيه فرصة القيام بالرد على الهجوم على الخصم والتأكد منه مما يجعل احتمال اصابة الخصم مؤكدة . فاذا كان سلاح الخصم ممتدا فى الخط الهجومى له والمؤثر قبل قيام اللاعب المهاجم بالهجوم . وجب عليه أن يبعد سلاح خصمه أولا عن هذا الخط بأى حركة مثل الضرب أو المسك أو الربط قبل قيامه بالهجوم المؤثر عليه . وهذه النقطة مذكورة فى القانون اذ يجب على اللاعب المهاجم أن يبعد سلاح خصمه أولا حتى يحتسب له الافضلية فى الهجوم وتسجيل اللمسة .

وباختصار وبصفة عامة ممنوع على اللاعب أن يقوم بالهجوم على خصمه دون أن يسيطر أولا على هذا الخصم ويطمئن الى عدم وجوده أو ابعاده عن الخط المناسب للتأثير عليه ، ما عدا ما اذا كان هذا الخصم غير موجود فى الخط أو قام بأداء حركة خاطئة وترك نفسه وهدفه مكشوفاً أمام السلاح المهاجم دون دفاع حركى أو متحفز للقيام بحركة هجومية مستعداً لآدائها .

وأما عندما يبدأ الخصم فى التحضير للهجوم الذى سوف يقوم به فلا بد للاعب الآخر أن يعمل على إيقاف سلاحه بالمحاورة اما بالسلاح أو باتخاذ خطوة للخلف وما الى ذلك ولا يتركه يسيطر على سلاحه حتى لا يستطيع أن يدخل فى خط سليم للقيام بالهجوم المؤثر عليه .

أما عند الدفاع فيجب على اللاعب المدافع أن يغير نوع الدفاع الذى يقوم به من حين لآخر بالنسبة لحركات الخصم التمهيدية أو الهجومية حتى لا يترك له الفرصة بالتنبؤ بنوع الدفاع الذى يقوم به مما يدفع الخصم لان يؤدي حركة مضادة لهذا النوع الواحد من الدفاع . وبذلك لا يعلم الخصم مقدما بأى نوع من الدفاعات سوف يقوم به اللاعب المدافع ضد حركاته الهجومية . كما أن الرد بعد الدفاع يجب أن يكون مباشرا وغير معقد وسريع الأداء موجها بدقة تجاه هدف اللاعب المهاجم .

وبصفة عامة يتحتم على اللاعب أن يقوم أثناء المباراة بأداء حركات تمويه وخداع بسلاحه وبجسمه حتى يجبر خصمه على أداء حركات معينة واتخاذ أوضاع معينة بسلاحه وبذلك يتهيأ له أن الطريق أمامه سهل ومكشوف، للقيام بالهجوم وفى هذه الحالة يكون اللاعب مستعدا له بالدفاع ويقوم بالرد عليه أو القيام بالهجوم المضاد ، أو لا يمكنه من أداء الحركة كاملة بأن يقوم بالهجوم عليه أثناء أدائه لها فى توقيت مناسب . وبذلك يستطيع اللاعب أن يكتشف نقط الضعف فى خصمه وفى طريقة مبارزته . ومن المهم جدا على اللاعب أن يعرف جميع أنواع حركات الهجوم والدفاع وفن أدائها الصحيح . ذلك أنه عند المباراة والمنافسة يمكنه أن يستعملها بالتبادل وفى أوقات مختلفة من آن لآخر مع الخصم بدقة تامة حتى يفاجئه بها دون أن يتوقعها .

# الباب التاسع

الفصل الاول :

- التدريب في المباراة



# الفصل الأول

## التدريب في المبارزة

ان التدريب في رياضة المبارزة يمارس من جانب المدرب مع اللاعب، شأنه في ذلك شأن التدريب على الالعب الفردية الا أنه يختلف عنها في أن المدرب أكثر التصاقا بل ملتصقا تماما باللاعب أثناء التدريب ويتعامل معه في كل حركة سلاح بحركة سلاح أخرى معاكسة وبصفة مستمرة خطوة بخطوة ، وذلك يرجع الى طبيعة المبارزة التي يلتحم فيها النصلان والسلاحان المتصارعان هجوما ودفاعا ، وبناء على هذا تحددت طبيعة التدريب أيضا عند تعلم المبارزة حتى يتم التفاعل بين اللاعب واللاعب المنافس على نفس الصورة بعد ذلك . تلك هي طبيعة النزال والصراع والقتال المتلاحم بين منافسين يهاجم ويدافع كل منهما عن نفسه يدا بيد وسلاحا بسلاح كرا وفرا ولا ينفك التلاحم بينهما الا بانتهاء المبارزة نفسها .

ويعتبر ذلك تعريفا عاما لطبيعة المبارزة والتي على أساسها يتم تحديد نوعية وأسلوب التدريب عليها عمليا وتطبيقيا وتكتيكا عند التنفيذ بما يتناسب مع هذه الطبيعة .

وهناك قواعد أساسية يجب أن يسير عليها التدريب على حركة من حركات السلاح أو مجموعة من تلك الحركات وهي تتحدد في اطار أربعة أسس هي :

**أولاً :** التدريب بدقة على الأداء الفني الحركى السليم لدركة السلاح التى يتدرب عليها اللاعب مع المدرب وهى ما يعبر عنها بتكنية الحركة بمعنى ضرورة اتقان الأداء الفنى للحركة من جانب اللاعب وعلى المدرب ألا ينتقل الى القاعدة التالية الا اذا تأكد من أن اللاعب قد اتقنها حركيا اتقاناً تاماً .

**ثانياً :** بعد أن يتقن اللاعب الأداء الفنى للحركة ، يبدأ المدرب فى تطبيق القاعدة الثانية وهى ادخال عامل السرعة فى أداء تلك الحركة وذلك بأن يقوم بتدريب اللاعب على أداء الحركة بالسرعة اللازمة والتى تتناسب مع التوقيت الخاص بالسلاح حتى يكتب اللاعب صفة سرعة الأداء الحركى فى اطار أداء حركى فنى دقيق .

**ثالثاً :** بعد أن يطمئن المدرب الى نجاح اللاعب فى تنفيذ القاعدتين السابقتين ، يبدأ فى وضع الحركة فى تطبيق عملى داخل اطار خطة تطبيقية يقوم اللاعب بأدائها بحيث تكون الدركة التى تدرب عليها هى عنصرها وجوهرها الاساسى سواء كانت هذه الحركة هجومية أو دفاعية، وهذه القاعدة هى ما يعبر عنها بالناحية التكتيكية . ومن خلالها يتأكد المدرب ويطمئن الى اتقان اللاعب لأدائها أثناء المبارزة الفعلية مع الخصم على أن تتعدد الخطط التطبيقية لتلك الحركة عند تطبيق المدرب لهذه القاعدة مع اللاعب .

**رابعاً :** بعد ذلك يبدأ المدرب فى تدريب اللاعب على هذه الحركة من مسافة طويلة مع تطبيق القواعد الثلاثة السابقة باستخدام حركات القدمين تقدماً وتقهقراً حتى يأخذ اللاعب الاحساس بالمسافات الخاصة

بالمبارزة أى أن تلك القواعد هى على التوالى :

- ١ - عامل الأداء الفنى لحركة من حركات السلاح .
- ٢ - عامل السرعة فى اطار توقيت السلاح عند أدائه الحركة .
- ٣ - عامل التطبيق العملى للحركة ضمن خطة تطبيقية .
- ٤ - أداء تلك الحركة من مسافة مبارزة طويلة .

تطبق تلك القواعد عند تدريب اللاعب على كل حركة من حركات السلاح الهجومية والدفاعية أو عند تدريبيه على مجموعة متتالية من الحركات الهجومية والدفاعية .

وعلى المدرب أن يقسم حركات السلاح المستخدمة فى المبارزة الفعلية بعد ذلك سواء ما كان منها يختص بالسلاح نفسه أو بالجسم وحركات القدمين الى مجموعات متجانسة من الحركات يدرّب عليها اللاعب بناء على تسلسل القواعد الاربعة السابق ذكرها .

وتحدد خطوات التدريب العملى التى يجب أن يسير عليها المدرب عند تدريب النشء حتى الوصول بهم الى مرحلة متقدمة وهى تتوالى تصاعديا كالاتى :

### المجموعة الاولى لحركات المبارزة :

وهى تختص بالحركات الآتية :

- ١ - تعرف اللاعب الناشئ على نوع السلاح الذى سوف يتدرب عليه وأجزائه المختلفة وقيمتة وفائدة كل جزء من أجزائه واستخداماتها فى المبارزة .

٢ - تعليم الناشئ كيفية حمل السلاح وطريقة مسك مقبض السلاح .

٣ - تعلم الوضع الاساسى للمبارزة .

٤ - تعلم الخطوات المتبعة في أداء التديية الخاصة بالمبارزة .

٥ - التدرب على خطوات اتخاذ وضع الاستعداد (التحفز) الخاص بالمبارزة ( مجزأة ثم متصلة ) .

٦ - التدرب على خطوة التقدم للامام ( مجزأة في عدتين ثم عدة واحدة ) .

٧ - التدرب على خطوة التقهقر للخلف ( مجزأة في عدتين ثم عدة واحدة ) .

٨ - التدرب على الوضع السليم لحركة فرد ومد الذراع المسلحة للامام .

٩ - التدرب على حركة الطعن بالقدم الامامية للامام .

١٠ - التدرب على كيفية العودة من وضع الطعن الى وضع التحفز بالقدم الامامية للخلف وبالقدم الخلفية للامام .

١١ - التدريب على أداء الخطوة للامام مع الطعن أماما ( مجزأة ثم متصلة ) .

١٢ - التدريب على أداء الخطوة للخلف ثم الطعن للامام ( مجزأة ثم متصلة ) .

١٣ - التدريب على حركة الوثب للامام .

١٤ - التدريب على حركة الوثب للامام ثم الطعن أماما ( مجزأة ثم متصلة في عدة واحدة ) .

١٥ - التدريب على الوثب للخلف ثم الطعن أماما ( مجزأة ثم متصلة في عدة واحدة ) .

١٦ - يقوم المدرب بتدريب اللاعب على حركات القدمين متصلة ببعضها البعض حتى يكتسب اللاعب الاحساس الحركى لأداء هذه الحركات في ترابط وثيق وسلامة أداء الحركة التى تليها .

### المجموعة الثانية :

ويتضمن التدريب على حركات القدمين مع حمل السلاح باليد المسلحة والقبض عليه جيدا .

١ - مد الذراع المسلحة للامام والطعن بالقدم الامامية في اتجاه مخرطة تدريب أو في اتجاه المدرب وتسجيل اللمسة بذبابة السلاح والثبات لحظة في وضع الطعن ليكتسب اللاعب الاحساس بلمس الهدف .

٢ - مد الذراع المسلحة للامام من كل وضع من أوضاع السلاح الاربعة الاساسية (السادس والرابع والثامن والسابع) والطعن في اتجاه المدرب مجزأة في عدتين ثم في عدة واحدة مع استخدام حركات القدمين بالتقدم والتقهقر قبل أداء حركة الطعن .

### المجموعة الثالثة :

التدريب على التحام الاسلحة وتغيير الالتصام وتكراره من والى الاوضاع الاربعة الاساسية للمبارزة والسابق ذكرها وتبدأ بالتالى :

١ - يقوم المدرب بالالتحام بنصل سلاحه مع نصل سلاح اللاعب في الاوضاع الاربعة الاساسية للمبارزة نكل على حدة .

٢ - يقوم المدرب بتدريب وتعليم اللاعب على تغيير التحام نصله مع نصل سلاح المدرب من وضع الى آخر كل على حدة ) .

٣ - التدريب على تكرار الالتحام أكثر من مرة مع نصل سلاح المدرب من وإلى الأوضاع الأربعة كل على حدة .

٤ - التدريب على الالتحام وتغيير الالتحام وتكراره مع نصل سلاح المدرب من جانب اللاعب مع أداء الخطوة للإمام والخطوة للخلف بالتبادل بين اللاعب والمدرب .

### المجموعة الرابعة :

أ ) تدريب اللاعب على كيفية أداء الطعنة المستقيمة وهي التي تشكل حركة الهجوم المباشر للهجوم البسيط من حيث الاتجاه الحركي ويتم التدريب عليها على الوجه التالي :

١ - يلتزم المدرب بنصل سلاحه مع نصل سلاح اللاعب في أوضاع المبارزة الأساسية كل على حدة طبقاً لرغبة المدرب .

٢ - يقوم المدرب بفتح خط الالتحام مع نصل سلاح اللاعب من وضع المبارزة الذي يتخذه سويًا .

٣ - في نفس لحظة فتح خط الالتحام هذا ، يقوم اللاعب بمد ذراعه المسلحة للإمام في اتجاه الهدف المكتوف مع القبض على مقبض سلاحه جيداً موجهاً ذبابة سيفه بثبات نحو الهدف مع الطعن أماماً للوصول بها للهدف وتسجيل اللمسة في المكان المحدد على منطقة الهدف المحددة قانوناً على صدر المدرب .

٤ - بعد أداء الطعنة المستقيمة ، يعود اللاعب إلى وضع الاستعداد بتدريك القدم الأمامية للخلف أو تحريك القدم الخلفية للإمام تبعاً لإرشادات المدرب .

٥ - يتم تدريب اللاعب على أداء الطعنة المستقيمة بالخطوات السابقة مع التحرك بالخطوة للأمام أو الخطوة للخلف قبل أداء حركة الطعن للأمام .

ب ) تدريب اللاعب على أداء الدفاع ضد الطعنة المستقيمة في أوضاع الدفاع الاربعة كل على حدة والقيام بأداء الرد المباشر بعد كل حركة أو وضع دفاع يقوم بأدائه اللاعب وتتم خطوات هذا التدريب كالتالى :

١ - يقوم المدرب بأداء الطعنة المستقيمة في اتجاه هدف اللاعب المكشوفة أمامه وفي نفس خط الالتدام بين نصليهما على أن يؤدي المدرب حركة التقدم للأمام بديلا لحركة الطعن .

٢ - عندئذ يقوم اللاعب بالدفاع بالوضع الدفاعى المناسب نحو اتجاه نصل سلاح المدرب مستخدما الدفاع الافقى (المستقيم) أو الدفاع الدائرى - وذلك من حيث الاتجاه الحركى - اما بطريقة الدفاع أو بالضرب أو بطريقة الدفاع بالتعارض أى باغلاق الاتجاه .

٣ - يقوم اللاعب بأداء الرد المباشر بعد قيامه بأداء الدفاع أولاً، وذلك بمد ذراعه المسلحة للأمام نحو الهدف المكشوف دون أن يقوم بحركة الطعن مع مراعاة مسكه لمقبض سلاحه جيدا .

٤ - يتم تدريب اللاعب على أداء الدفاع ضد هذه الطعنة من أوضاع الدفاع الاربعة الاساسية بالاسلوب السابق كل على حدة .

٥ - يقوم المدرب بتدريب اللاعب على الدفاع ضد هذه الطعنة مع أداء حركة التقهقر لتدريبه على ضبط المسافة .

ويلاحظ الآتى عند أداء الدفاع ضد هذه الطعنة من حيث الاتجاه الحركى :

أ ) إذا ما أدى المدرب الطعنة المستقيمة فى الاتجاه السادس بالنسبة للاعب المدافع وفى حالة وقوفه فى الوضع الرابع كاشفا خط دفاعه السادس ، يصير الدفاع ضدها بالدفاع السادس الافقى أو بالدفاع الرابع الدائرى من حيث الاتجاه الحركى .

ب ) أما إذا أديت فى الاتجاه الرابع بالنسبة للاعب المدافع وفى حالة وقوفه فى الوضع السادس كاشفا خط دفاعه الرابع ، يصير الدفاع ضدها بالدفاع الرابع الافقى أو بالدفاع السادس الدائرى .

ج ) وفى حالة قيام اللاعب بالدفاع ضد مناطق الهدف السفلى من مسطح الهدف والنصان يتخذان الاوضاع السفلى . فاذا ما أدى المدرب الطعنة المستقيمة فى الاتجاه السابع يصير الدفاع بالسابع الافقى أو بالثامن الدائرى .

د ) يقوم المدرب بالتركيز على تدريب اللاعب على أداء الدفاع فى الاتجاه المناسب متنقلا من وضع الى آخر سواء كان الدفاع من حيث الاتجاه الحركى أو طريقة أدائه بالضرب أو باغلاق الاتجاه مع أداء الرد المباشر من الخط أو الوضع الذى تم فيه الدفاع مع الثبات فى وضع الاستعداد أو مع أداء حركة التقهقر للخلف .

## المجموعة الخامسة :

التدريب على حركة الهجوم بتغيير الاتجاه (الطعنة المغيرة) وهى التى تأخذ الصفة الغير مباشرة من حيث الاتجاه الحركى ، ويتم التدريب عليها كالتالى :

أ ( التدريب على الهجوم بهذه الطعنة يتم على الخطوات التالية :

١ - يقوم المدرب بالالتحام بنصل سلاحه مع نصل سلاح اللاعب فى أحد أوضاع السلاح ، وليبدأ أولاً بالالتحام فى الوضع السادس .

٢ - يبدأ المدرب بأداء حركة ضغط على نقطة تلامس نصل سلاحه بنصل سلاح اللاعب ضغطاً خفيفاً متظاهراً بإغلاق خط الالتحام جيداً .

٣ - فى تلك اللحظة يقوم اللاعب بالقبض على مقبض سلاحه جيداً ثم تحريك مقدمة نصل سلاحه بواسطة الاصابع ورسغ اليد المسلحة من أسفل نصل سلاح المدرب مع مد ذراعه المسلحة من مفصل المرفق للإمام فى الاتجاه المقابل لخط الالتحام والعودة برسغ يده المسلحة الى استقامته مرة أخرى موجهاً ذبابة سيفه نحو الهدف على سطح صدر المدرب .

٤ - يلى ذلك أداء اللاعب لحركة الطعن أماماً بالقدم الامامية وتسجيل اللمسة بالطريقة الصحيحة .

٥ - يعود اللاعب بعد ذلك الى وضع الاستعداد اما للإمام أو للخلف تبعاً لإرشاد المدرب .

٦ - يتدرب اللاعب على أداء حركة الهجوم بالمغيرة من أوضاع السلاح الأخرى بنفس الأسلوب السابق ويتكرر هذا التدريب حتى يتقن اللاعب أدائه لهذه الحركة .

٧ - يقوم المدرب بتدريب اللاعب على أداء هذه الحركة من حركة التقدم للامام وللخلف ليكتسب اللاعب الاحساس السليم بالمسافة .

٨ - كما يقوم المدرب بعد ذلك بأداء حركة تغيير الالتحام مع نصل سلاح اللاعب من وضع لآخر ليتدرب اللاعب على أداء حركة تغيير الالتحام . ومن ناحية أخرى يقوم اللاعب نفسه بتغيير الالتحام مع نصل سلاح المدرب من وضع لآخر ، يلي ذلك أداء اللاعب لحركة تغيير الاتجاه فور قيام المدرب باغلاق خط الالتحام الجديد .

ب ( التدريب على الدفاع ضد هذه الطعنة ويتم ذلك على الوجه التالي :

١ - يقوم المدرب بالالتحام بنصل سلاحه مع نصل سلاح اللاعب في أحد أوضاع المبارزة ، وليبدأ بوضع الالتحام في السادس .

٢ - يقوم المدرب بأداء حركة تغيير الاتجاه (المغيرة) في اتجاه الهدف على سطح صدر اللاعب مع اتخاذه لحركة الخطوة للامام بديلا لحركة الطعن .

٣ - يقوم اللاعب في تلك اللحظة بأداء الدفاع الرابع الافقى أو الدفاع السادس الدائرى اما بطريقة الضرب أو بطريقة اغلاق الاتجاه (التعارض) .

٤ - فور أداء اللاعب للدفاع يقوم بأداء حركة الرد المباشر .

٥ - يتدرب اللاعب على أداء الدفاع والرد مع حركة التقهقر للخلف ليكتسب الاحساس بالمسافة .

يلاحظ الآتى عند القيام بتدريب اللاعب على أداء الدفاع ضد هذه

الطعنة تبعا لاختلاف وضع الالتحام الذى تتم منه أداء الطعنة ضده  
من جانب المدرب •

أ ( إذا ما أديت من جانب المدرب من الالتحام فى الوضع السادس  
يصير الدفاع ضدها من جانب اللاعب بالدفاع الرابع الاقضى أو بالدفاع  
السادس الدائرى •

ب ( إذا ما أديت من الالتحام فى الوضع الرابع ، يصير الدفاع  
ضدها من جانب اللاعب بالدفاع السادس الاقضى أو بالدفاع الرابع  
الدائرى •

ج ( إذا ما أديت من وضع الالتحام فى الوضع الثامن ، يصير  
الدفاع ضدها من جانب اللاعب بالدفاع السابع الاقضى أو الثامن الدائرى •

د ( إذا ما أديت من وضع الالتحام فى الوضع السابع ، يصير الدفاع  
ضدها من جانب اللاعب بالدفاع الثامن الاقضى أو السابع الدائرى •

ويلاحظ المدرب عند تدريب اللاعب على أداء الدفاع ضد هذه  
الطعنة أن يقوم بتوجيه ذبابة نصل سلاحه نحو مناطق الهدف الأربعة  
المقسمة اعتباريا الى أربعة أقسام كما سبق أن ذكرنا فى باب سابق كل  
على حدة ، حتى يتدرب اللاعب على أداء النوعين الآخرين لأنواع الدفاع  
من حيث الاتجاه الدركى وهما الدفاع النصف دائرى والدفاع المائل  
(المتقاطع) ، ويتم ذلك على الوجه التالى :

أ ( الدفاع النصف دائرى من وضع الالتحام السادس •

١ - يقوم المدرب بأداء حركة تغيير الاتجاه متجها بذبابة سيفه  
لاسفل نحو منطقة الهدف رقم ٨ والتي يختص بالدفاع عنها الدفاع  
الثامن •

٢ - يقوم اللاعب بأداء الدفاع الثامن وذلك بالهبوط بنصل سلاحه من الوضع السادس من أعلى الى أسفل في خط رأسى به انحناء خفيف نحو الدخول وللخارج بالنسبة لجسم اللاعب وبذلك يكون قد قام بأداء الدفاع النصف دائرى ، يلي ذلك قيامه بأداء حركة الرد المباشر أو الرد الغير مباشر مارا بأعلى نصل سلاح المدرب .

٣ - يتكرر ما سبق من وضع الالتحام فى الرابع بأن يهبط اللاعب بنصل سلاحه من الوضع الرابع الى الوضع السابع الدفاعى من أعلى الى أسفل فى خط رأسى به انحناء خفيف نحو الخارج ثم الى الداخل بالنسبة لجسم اللاعب مؤديا الدفاع النصف دائرى ، ويتبع ذلك بأداء حركة الرد المباشر والغير مباشر طبقا لتعليمات المدرب .

#### ب ( الدفاع المائل من وضع الالتحام السادس .

١ - يقوم المدرب بأداء حركة تغيير الاتجاه متجها بذبابة ونصل سيفه لاسفل نحو منطقة الهدف رقم ٧ والتي يختص بالدفاع عنها وضع الدفاع السابع .

٢ - يقوم اللاعب بأداء الدفاع السابع وذلك بالهبوط بنصل سلاحه من الوضع السادس من أعلى الى أسفل فى خط مائل متقاطع أمام جسم اللاعب مبتدئا من وضع علوى أيمن متجها فى حركته الى وضع سفلى أيسر ، وبذلك يكون اللاعب قد قام بأداء الدفاع المائل ، يلي ذلك قيامه بأداء حركة الرد المباشر والغير مباشر طبقا لتعليمات المدرب .

٣ - يتكرر ما سبق من وضع الالتحام فى الوضع الرابع بأن يهبط اللاعب بنصل سلاحه من الوضع العلوى الايسر الى الوضع السفلى الايمن متخذا وضع الدفاع الثامن .

ملحوظة : يراعى المدرب جيدا عدم هبوط اللاعب بذبابة سيفه لاسفل أكثر من اللازم عند أدائه لنوعى الدفاع النصف دائرى والمائل ، وذلك حتى تكون ذبابة سيفه في وضع أقرب ما يمكن للهدف ليستطيع أداء حركات الرد بسرعة وبنجاح ، وحتى يتدرب على التحكم فى حركة مفصل الرسغ فلا ينثنى أكثر من اللازم .

### المجموعة السادسة :

أ ( التدريب على أداء الطعنة القاطعة وهى التى تتصف بالاتجاه الحركى الغير مباشر ويتم التدريب عليها كالتالى :

١ - يقوم المدرب بالالتحام فى الوضع السادس مع نصل سلاح اللاعب .

٢ - يقوم المدرب بسحب نصل سلاحه للخلف متظاهرا بأنه لا يهدد منطقة الهدف على صدر اللاعب .

٣ - يقوم اللاعب بثنى مفصل ورسغ اليد المسلحة للخلف ليمر بنصل سلاحه أمام ذبابة نصل المدرب وقاطعا لها لينتقل بنصل سلاحه الى الاتجاه المقابل لخط الالتحام الاول .

٤ - يلى ذلك مد اللاعب لذراعه المسلحة من مفصل المرفق للامام موجها ذبابة سيفه نحو الهدف على صدر المدرب .

٥ - ويلي ذلك الطعن بالقدم الامامية من جانب اللاعب .

٦ - يقوم المدرب بتدريب اللاعب على أداء الطعنة القاطعة من وضع الالتحام الرابع بنفس الشروط السابقة .

ب ) التدريب على أداء الدفاع ضد هذه الطعنة .

١ - يتم ذلك بأن يقوم المدرب بأداء الطعنة القاطعة ضد اللاعب وفي اتجاهه بنفس الشروط السابقة في كل من الاتجاهين الرابع والسادس .

٢ - يقوم اللاعب بأداء الدفاع ضد هذه الطعنة مستخدماً أنواع الدفاع الأفقية والدائرية بنفس القواعد السابق ذكرها في الدفاع ضد طعنة تغيير الاتجاه حيث أنها تتفق معها من حيث الاتجاه الحركي طبقاً لإرشادات المدرب . ويلى ذلك أداء اللاعب لحركة الرد بعد قيامه بالدفاع .

**ملحوظة :** يجب أن يراعى المدرب عدم تدريب اللاعب - وخاصة إذا كان ناشئاً - على هذه الطعنة حتى لا يتعود آدائها باستمرار نظراً لسهولةها من حيث الأداء الحركي وخطورتها على اللاعب الذي يستخدمها حيث أنها تعرضه للهجمات المضادة من جانب الخصم وخاصة إذا لم يؤديها بالشكل السليم والتوقيت المضبوط والظرف المناسب . وأخيراً يجب على المدرب أن يتبع في قيامه بتدريب اللاعب على هذه الحركات الخاصة بالهجوم البسيط وهي التي تشكل حجر الزاوية في رياضة المبارزة حيث أنها تعتبر نهايات الهجوم الذي يؤديها اللاعب ضد خصمه والتي منها يتم تسجيل اللمسات ، وعليه أن يتبع في تدريبه الأساس الأربعة الخاصة بالأسلوب التدريبي الذي ييسر عليها المدرب عند تدريب اللاعب على إحدى حركات المبارزة بالتسلسل المنوه عنه في أول هذا الباب وهي التي تبدأ بالتركيز على الأداء الفنى للحركة ثم سرعة آدائها ثم ادخالها ضمن خطة تكتيكية ثم من مسافة طويلة .

## المجموعة السابعة :

وتختص بالهجوم المركب وهو في تكوينه عبارة عن محاورة الخصم ينصل سلاح اللاعب المهاجم بأكثر من حركة من حركات الهجوم البسيط المباشرة والغير مباشرة بهدف خداع الخصم بحركة أو حركتين منها ثم القيام بالهجوم المؤثر بحركة الهجوم الاخيرة .

وتتكون عناصر الهجوم المركب من الاساليب الآتية :

أ ( المحاورة بحركة سلاح واحدة .

ب ( المحاورة بأكثر من حركة سلاح .

أ ( التدريب على المحاورة بحركة سلاح واحدة يتم على الوجه التالي :

١ - التدريب على تهويشة الطعنة المستقيمة ثم الهجوم بحركة سلاح غير مباشرة .

أ ( يقوم المدرب بالالتحام بنصل سلاحه مع نصل سلاح اللاعب في أحد أوضاع المبارزة وليبدأ بالالتحام في الوضع السادس .

ب ( يفتح المدرب أولاً خط الالتحام الخاص بالوضع السادس أمام اللاعب لكي يستطيع أن يقوم بأداء حركة الطعنة المستقيمة بفرد الذراع المسلحة في خط مباشر نحو الخط المفتوح دون أن يقوم بحركة الطعن .

ج ( عندئذ يسارع المدرب باغلاق الالتحام في الوضع السادس مرة ثانية كي يمنع اللاعب من استكمال هجومه بالطعن .

د ( عند لحظة اغلاق المدرب لخط الالتحام ، يقوم اللاعب بأداء هجومه بحركة تغيير الاتجاه مستخدماً الطعن للامام ومسجلاً اللمسة أو القيام بأداء حركة الطعنة القاطعة اذا ما سحب المدرب ذراعه المسلحة للخلف كثيراً عند اغلاقه لخط الالتحام في السادس .

كما يقوم المدرب بتدريب اللاعب على هذا النوع من الهجوم المركب من أوضاع السلاح الاربعة الرئيسية متبعا نفس هذه الخطوات .

٢ - التدريب على تهويشة طعنة تغيير الاتجاه ثم الهجوم بحركة هجوم غير مباشر .

أ ) يقوم المدرب بالالتحام في الوضع السادس مع نصل سلاح اللاعب .

ب ) يقوم المدرب باغلاق خط الالتحام هذا بالضغط الخيف على نصل سلاح اللاعب .

ج ) يقوم اللاعب في تلك اللحظة بأداء تغيير الاتجاه من أسفل نصل سلاح المدرب ممتدا بذراعه المسلحة للامام دون أداء حركة الطعن .

د ) يتظاهر المدرب بأنه سوف يقوم بالدفاع ضد حركة تغيير الاتجاه التي قام بها اللاعب مستخدما دفاعا أفقيا أو رأسيا أو مائلا كما يتراءى له كل على حدة .

هـ ) عندئذ يقوم اللاعب بأفلات من هذا الدفاع المخدوع بأداء حركة تغيير للاتجاه في الخط الذي كان عليه الالتحام أول الامر متبوعة بحركة الطعن للامام مسجلا للمسمة على الهدف (صدر المدرب) ، أو أداء الهجوم بالطعنة القاطعة اذا ما سحب المدرب ذراعه المسلحة للخلف أكثر من اللازم أثناء تظاهرة بالدفاع ضد حركة تغيير الاتجاه الاولى .

٣ - التدريب على تهويشة طعنة تغيير الاتجاه ثم الهجوم بحركة تغيير الاتجاه الدائرية .

أ ) يقوم المدرب بالالتحام مع نصل سلاح اللاعب في الوضع السادس أو غيره تبعا لارادته .

ب) يقوم المدرب باغلاق خط الالتحام – وليكن السادس – بالضغط على نصل سلاح اللاعب .

ج) فى تلك اللحظة يقوم اللاعب بأداء حركة تغيير الاتجاه نحو صدر المدرب متجها بذبابة سيفه الى أعلى قليلا ممتدا بذراعه المسلحة دون أداء حركة الطعن .

د) يتظاهر المدرب بأداء الدفاع السادس الدائرى وذلك بأن يمر بنصل سلاحه من أسفل نصل سلاح اللاعب الممتد ليعود مرة ثانية لوضع الدفاع السادس .

هـ) وقبل أن يستكمل المدرب عودته الى وضع الدفاع السادس ، يقوم اللاعب بأداء حركة تغيير الاتجاه الدائرية مارا بنصل سلاحه أسفل نصل المدرب والعودة بنصل سلاحه الى الوضع الذى كان عليه عند أدائه لحركة تغيير الاتجاه الاولى ويتبعها بأداء حركة الطعن مسجلا اللمسة على صدر المدرب .

### ملحوظة :

يقوم المدرب بالتنوع فى تدريب اللاعب على حركات السلاح لهذا الاسلوب من المحاورة من أوضاع السلاح الاربعة على ألا تزيد حركة السلاح الخادعة (التهويشة) عن حركة واحدة يتم بعدها مباشرة أداء حركة السلاح المؤثرة والتي يتم بها تسجيل اللمسة وينهى بها الهجوم .  
عنى أن يتبع فى تدريبيه للاعب الاسس الاربعة السابق ذكرها بالتسلسل المنوه عنه .

ب) التدريب على الهجوم بالمحاورة بأكثر من حركة سلاح .

١ – تهويشة الطعنة المستقيمة ثم تهويشة أخرى بحركة تغيير

الاتجاه ثم انهاء الهجوم بحركة تغيير للاتجاه فى الخط الذى تمت فيه التهوئة الاولى ويتم التدريب عليها على الوجه التالى :

أ ) يقوم المدرب بالالتحام مع نصل سلاح اللاعب فى أحد أوضاع المبارزة وليبدأ بالالتحام فى الوضع السادس .

ب) يقوم المدرب بفتح خط الالتحام ليؤدى اللاعب حركة الطعنة المستقيمة . (التهوئة الاولى) .

ج) يسارع المدرب باغلاق خط الالتحام مرة أخرى .

د) فى تلك اللحظة يقوم اللاعب بأداء حركة تغيير الاتجاه فى الاتجاه المقابل (التهوئة الثانية) .

هـ) يسارع المدرب بالتظاهر بالدفاع ضد حركة تغيير الاتجاه .

و) فى تلك اللحظة يقوم اللاعب بأداء حركة تغيير الاتجاه الثانية فى الخط الذى تمت فيه التهوئة الاولى ويتبعها بأداء حركة الطعن للامام .

٢ - تهوئة طعنة تغيير الاتجاه ثم تهوئة أخرى بتغيير الاتجاه فى الخط الذى كان عليه التحام سلاحى المدرب واللاعب ، ثم أداء تغيير الاتجاه للمرة الثالثة فى الخط الذى تمت فيه تهوئة طعنة تغيير الاتجاه الاولى .

ويتم التدريب عليها على الوجه التالى :

أ ) يلتحم المدرب مع نصل سلاح اللاعب فى أحد أوضاع المبارزة وليبدأ الالتحام فى الوضع السادس .

ب) يقوم المدرب باغلاق خط الالتحام السادس بالضغط الخفيف على  
نصل سلاح اللاعب .

ج) يقوم اللاعب بأداء حركة تغيير الاتجاه كاملة بذراعه المسلحة دون  
أداء حركة الطعن .

د) يتظاهر المدرب بأنه سوف يقوم بالدفاع ضد حركة تغيير الاتجاه  
الاولى .

هـ) فى تلك اللحظة يقوم اللاعب بأداء حركة تغيير الاتجاه الثانية  
دارا بأسفل نصل سلاح المدرب والعودة بسلاحه الى الخط الذى كان  
عليه الالتحام أول الامر .

و) يتظاهر المدرب بالقيام بالدفاع ضد حركة تغيير الاتجاه الثانية .

ز) فى تلك اللحظة يقوم اللاعب بأداء حركة تغيير الاتجاه الثالثة فى  
الاتجاه الذى تمت فيه أداء حركة تغيير الاتجاه الاولى ويتبعها بأداء  
حركة الطعن للامام .

### الدفاع ضد الهجوم المركب :

التدريب على قيام اللاعب بالدفاع ضد حركات الهجوم المركبة يتم  
على الخطوات التالية :

١ - يقوم المدرب بالهجوم على اللاعب بالاسلوب الذى يختاره  
فى تدريب اللاعب على هذا النوع من الهجوم .

٢ - يقوم المدرب بأداء حركة أو حركات الهجوم الخادعة التى  
تحمل معنى التهويشة بذراعه المسلحة وهى ممتدة دون التقدم بالخطوة  
للإمام .

٣ - يقوم المدرب بأداء الخطوة للإمام بديلا عن حركة الطمن  
أماما عند أداء حركة السلاح التي تبين نهاية حركات الهجوم المستخدمة .

٤ - يحدد المدرب نوع الدفاع الذي يقوم به اللاعب من حيث  
الاتجاه الحركى أمام اتجاه حركات الهجوم التي يؤديها عليه حتى يقوم  
بأداء الدفاع ضد الحركة الاخيرة والتي يحددها المدرب أيضا للاعب .

٥ - بعد أداء الدفاع من جانب اللاعب ضد الحركة الاخيرة يقوم  
بأداء حركة الرد المباشر أو الغير مباشرة .

وقبل أن ننهي الحديث عن هذا الموضوع الخاص بالتدريب العملى  
لنتشئة لاعبى السلاح ، على المدرب أن يهتم بالتركيز على تدريب  
اللاعبين على هذه الحركات الخاصة بالمبارزة وهي التي تكون القاعدة  
الاساسية لتكوين اللاعب كمبارز ماهر حتى يتم اتقان آدائها من جانب  
اللاعب اتقانا تاما سواء من جهة الهجوم أو من جهة الدفاع من الثبات  
ومن الحركة ، وعليه ألا يبخل بأى جهد فى سبيل ذلك مسترشدا  
بتكوينات جملة المبارزة ومفهومها من حيث تكوين حركات الهجوم  
وتكوين حركات الدفاع وأوضاعه واتجاهاته وتكوين حركات الرد المباشرة  
وغير المباشرة متبعا فى ذلك الاسس الاربعة الخاصة بالاسلوب التدرىي  
السابق ذكره فى أول هذا الباب .

وقبل أن ينتقل المدرب الى تدريب اللاعب على حركات المبارزة  
الاخرى ، يجب أن يقوم أولا بتدريب اللاعب على كيفية ربط الازواضع  
والحركات الهجومية والدفاعية السابقة ببعضها البعض أثناء المبارزة  
والتنسيق فيما بينها من حيث الاداء الحركى والتنفيذ التطبيقى لها . حتى

يستطيع اللاعب أن يتدرب عملياً على أداء تلك الحركات متتالية خلف بعضها البعض فى تنظيم مترابط ومتلاحق بحيث يخدم كل حركة منها الحركة التى تليها لتحقيق الهدف من استخدامها ضد المنافس وأمكان تسجيل اللمسة ضده ، وبمعنى آخر ، حتى يتمكن اللاعب باستخدامه للحركة الاولى من خلق الظروف المناسبة لأداء الحركة التالية ضد الخصم بنجاح محققا الهدف من استخدامها ، ومن ناحية أخرى ، تدريب اللاعب على تكوين الخطط الهجومية والدفاعية وتطبيقها عملياً وحركياً وتنفيذها بنجاح ضد منافسه تبعاً لمقدرته ومهارته الحركية عند أدائه للحركات المستخدمة بالتوقيت المضبوط وفى الظروف المناسبة ، وفيما يلى مثال لأحد أجزاء الدرس الذى يستطيع المدرب تدريب اللاعب عليه متضمناً حركات المبارزة السابق تدريبيه عليها فى اطار خطة يقوم بتنفيذها . وهذا المثال يشتمل على الحركات الآتية :

١ - يقوم اللاعب بحركة **تغيير الالتحام** على نصل سلاح المدرب من السادس الى الرابع مع أداء **خطوة للامام** من جانب اللاعب و**خطوة للخلف** من جانب المدرب .

٢ - قيام اللاعب **بتغيير للالتحام** من الوضع الرابع الى الوضع السادس .

٣ - يقوم المدرب **باغلاق خط الالتحام** الجديد فى الوضع السادس

٤ - يقوم اللاعب بحركة **تغيير للاتجاه** الى يسار نصل المدرب دون قيامه بحركة الطعن .

٥ - فى تلك اللحظة يقوم المدرب **بالدفاع** ضد حركة تغيير الاتجاه الهجومية التى قام بها اللاعب .

٦ - يقوم اللاعب فوراً بأداء حركة **تغيير للاتحام** مع الضغط بصلته على نصل سلاح المدرب فى الوضع السادس مع قيامه بالهجوم **بالطعنة المستقيمة** مباشرة الى الامام فى اتجاه الخط السادس المفتوح مسجلاً اللمسة .

**ملحوظة :** يتم أداء تلك الحركات فى تتابع مستمر دون أن يتخللها لحظات زمنية ساكنة حتى ينتهى اللاعب من أدائها جميعاً بانتظام وتسلسل سليم .

ما سبق كان مثالا فقط ، ويمكن للمدرب أن يكون مجموعات مختلفة من تلك الحركات بأنواعها المتعددة الدفاعية والهجومية على شكل خطط تنفيذية يدرّب اللاعب على كيفية تطبيقها حركياً مع مراعاة ضرورة أدائها بالانتقان اللازم بالتوقيت المضبوط وبالسرعة اللازمة فى تتابع موقوت مرتبط بالتوقيت الخاص بكل حركة . ولا يفوتنا أن نذكر هنا أهمية هذا التدريب فى تنمية التوافق العضلى العصبى وسرعة انتقال الاشارات العصبية الصادرة من مراكز الحركة بالمخ عبر الخلايا العصبية الى الخلايا الحركية للعضلات العاملة على الحركة التى يؤدّيها اللاعب . مما يؤدى فى النهاية الى رفع مستوى أداء المهارات الحركية المختلفة للمبارزة والربط بينها ، كما ترجع أهميتها فى المبارزة عموماً الى أنها تعتبر نهايات لحظة الهجوم التى يقوم بها اللاعب ضد منافسه ومنها يستلج عن طريق استخدامها من تسجيل اللمسات ، بمعنى أنه مهما استخدم من حركات الاعداد للهجوم أو ضبط المسافات فانه حتى عندما يقوم بتسجيل اللمسة فسوف يسجلها باحدى حركات الهجوم البسيط مثل الطعنة المستقيمة أو بالمغيرة القاطعة أو باحدى حركات الهجوم المركب مثل الهجمات العددية (حركة ١ ، ٢) أو بالهجمة المزدوجة ، ومن هنا تظهر أهمية قيام المدرب بتدريب اللاعب عليها واتقانها بدرجة كافية .

بعد ذلك وبعد اتقان اللاعب لهذه الحركات ، ينتقل المدرب الى تدريب اللاعب على حركات المبارزة الاخرى التى تنحصر أهميتها فى أنها تخدم وتمهد الطريق وتخلق الظروف المناسبة للهجوم على الخصم باحدى حركات الهجوم البسيط أو باحدى حركات الهجوم المركب • وهى تتضمن ما يأتى :

### المجموعة الثامنة :

حركات الهجوم على النصل :

#### ١ ( التدريب على حركة الضرب :

١ - يوجه المدرب نصل سلاحه الى الامام ممتدا بذراعه المسلحة فى اتجاه يقع على الجانب الخارجى لنصل سلاح اللاعب الذى يقوم بضرب نصل سلاح المدرب الموجه ناحيته بنصل سلاحه فى اتجاه الخط السادس ، يلى ذلك قيامه بأداء الطعنة المستقيمة مباشرة فى اتجاه الخط الذى كُشفته تلك الضربة •

٢ - يوجه المدرب نصل سلاحه الى الامام فى اتجاه يقع على الجانب الداخلى لنصل سلاح اللاعب الذى يقوم بضرب نصل سلاح المدرب بنصل سلاحه فى اتجاه الخط الرابع ، يلى ذلك القيام بالطعنة المستقيمة •

٣ - يوجه المدرب نصل سلاحه فى اتجاه يقع أسفل نصل سلاح اللاعب قليلا ، الذى يقوم بضرب نصل سلاح المدرب فى الاتجاه الثامن أو فى الاتجاه السابع ، يلى ذلك قيامه بالطعنة المستقيمة مباشرة •

يراعى المدرب أداء اللاعب لحركة الضرب فى الاتجاهات الاربعة بالطريقة الحركية السليمة مع توجيهه الى تصحيح الخطأ فى أدائها •

٤ - يقوم المدرب بتدريب اللاعب على أداء حركة الضرب فى كل من الاتجاهات الاربعة ، يليها قيامه بحركة تغيير الاتجاه والطنع مباشرة ثم قيامه بحركة ١ ، ٢ المركبة ، ثم بحركة الهجوم المزدوجة بالخطوة للامام أو بدونها ، يلي ذلك القيام بحركة الطعن للامام مباشرة .

### ب ( الدفاع ضد حركة الضرب :

١ - يقوم المدرب بضرب نصل سلاح اللاعب فى كل من الاتجاهات الاربعة ممتدا بذراعه المسلحة للامام فى اتجاه هدف اللاعب مع أدائه للخطوة للامام متظاهرا بالهجوم عليه .

٢ - يقوم اللاعب بأداء الدفاع بطريقة الضرب أو باغلاق اتجاه الهجوم مستخدما أنواع الدفاع من حيث الاتجاه الحركى ، الافقى أو الدائرى أو النصف دائرى أو المائل بما يتناسب مع اتجاه نصل المدرب بالنسبة لوضع سلاح اللاعب ، على أن يلى الدفاع القيام بالرد المباشر أو الغير مباشر تبعاً لارشاد المدرب .

### حركة الضغط :

#### أ ( التدريب على الهجوم بحركة الضغط :

يقوم المدرب بالتحام بنصل سلاحه مع نصل سلاح اللاعب فى كل من الاوضاع الاربعة مع مراعاة تقاطع النصلين .

٢ - يقوم اللاعب بالضغط بنصل سلاحه على نقطة تلامسه مع نصل سلاح المدرب فى اتجاه خط الالتحام .

٣ - يلى ذلك قيام اللاعب بأداء الطعنة المستقيمة مباشرة .

٤ - يقوم المدرب بالدفاع ضد حركة الضغط التي يقوم بها اللاعب على نصل سلاحه ، اما بالقيام بضغطة مماثلة فى اتجاه عكس ضغطة اللاعب أو بآداء الدفاع الدائرى أو بآداء الدفاع باحدى المسكات النصلية مثل المسكة النصف دائرية أو الدائرية .

٥ - فور آداء المدرب لاحد أنواع الدفاع المذكورة ، يقوم اللاعب بالهروب بنصل سلاحه فى الاتجاه المقابل والمغاير لاتجاه دفاع المدرب بحركة تغيير الاتجاه مرة أو مرتين والقيام بالظعن مباشرة للامام .

### ب) الدفاع ضد حركة الضغط :

١ - يقوم المدرب بآداء حركة الضغط بنصل سلاحه على نصل سلاح اللاعب متظاهرا بأنه سوف يقوم بالهجوم عليه مع آداء الخطوة للامام .

٢ - فى تلك اللحظة يقوم اللاعب بالدفاع اما بطريقة الضرب أو بطريقة اغلاق الاتجاه أو بآداء دفاع دائرى أو نصف دائرى أو أفقى أو مائل تبعا لاتجاه نصل المدرب . ووضع سلاحه أثناء قيام المدرب بالهجوم .

### حركة الانزلاق :

#### أ ) التدريب على الهجوم بحركة الانزلاق :

١ - يقوم المدرب بالالتحام بنصل سلاحه مع نصل سلاح اللاعب فى كل من الاوضاع الاربعة .

٢ - يقوم المدرب بتغيير وضع الالتحام مع نصل سلاح اللاعب الى وضع آخر ( مثلا من السادس الى الرابع ) .

٣ - يقوم اللاعب بتغيير الالتحام مع نصل سلاح المدرب اما الى وضع الالتحام الاول أو الى وضع آخر •

٤ - يقوم اللاعب بالضغط الخفيف على نصل سلاح المدرب بنصل سلاحه مع ذراعه المسلحة للامام ملاما ومنزلقا على نصل سلاح المدرب ثم القيام بحركة الطعن للامام •

٥ - يقوم المدرب بتدريب اللاعب على آداء حركة الانزلاق أولا ثم القيام بالهجوم بحركة تغيير الاتجاه أو الهجوم بحركة هجوم مركبة •

### ب ( الدفاع ضد حركة الانزلاق :

١ - يقوم المدرب بآداء حركة الانزلاق على نصل سلاح اللاعب مع التقدم للامام بخطوة للامام •

٢ - يقوم اللاعب بآداء الدفاع ضد هذه الحركة باغلاق اتجاه هجوم المدرب أو بدفعا دائرى مع تغيير الالتحام مع نصل سلاح المدرب واغلاق اتجاه الهجوم أو بدفعا دائرى مع اغلاق الاتجاه مع مراعاة عدم ترك نصل سلاح المدرب •

٣ - يلى ذلك القيام بآداء حركة الرد المباشر أو الغير مباشر بعمد آداء الدفاع المناسب مباشرة •

### حركة السحق :

أ ( التدريب على الهجوم بحركة السحق •

١ - يقوم المدرب بالتحمام مع نصل سلاح اللاعب فى الاوضاع العليا للمبارزة ( السادس أو الرابع ) •

٢ - يقوم المدرب بحركة تغيير للاتحام مع نصل سلاح اللاعب مع الامتداد بذراعه المسلحة للامام مع الثبات بقوة في خط الاتحام الجديد.

٣ - يقوم اللاعب - اذا كان للاتحام في الوضع السادس مع نصل سلاح المدرب - يلف قبضة يده وهو ملامسا لنصل سلاح المدرب للخارج في الاتجاه السادس ، يلي ذلك مد ذراعه المسلحة للامام مع استمرار التلامس بحركة قاذفة مع ثنى راسغ اليد المسلحة نحو الاتجاه السابع . يلي ذلك القيام بأداء الطعنة المستقيمة مباشرة .

٤ - أما اذا كان وضع الاتحام الجديد مع نصل سلاح المدرب في الوضع الرابع - يقوم اللاعب بلف قبضة يده وهو ملامسا لنصل سلاح المدرب للداخل مع استمرار التلامس بحركة قاذفة نحو الوضع الثامن أو الثاني مع الامتداد بذراعه المسلحة للامام أسفل نصل المدرب والقيام بأداء الطعنة المستقيمة مباشرة .

يجب ملاحظة أن حركة السحق لا تؤدي بنجاح الا من الاوضاع العليا للمبارزة ، ذلك أن الاتجاه الحركى لها يتم من أعلى الى أسفل ولا يمكن القيام بها من أسفل الى أعلى .

#### ب ( الدفاع ضد حركة السحق :

١ - يقوم المدرب بأداء الهجوم بحركة السحق ضد اللاعب من وضع الاتحام في الرابع أو السادس بالتناوب .

٢ - اذا كانت حركة السحق قام بأدائها المدرب من الوضع السادس يقوم اللاعب بأداء الدفاع السابع الدائرى بطريقة اغلاق الاتجاه في وضع الدفاع السابع ويستحسن أداء هذا الدفاع بالتقهقر للخلف بالمسافة المناسبة التى يبتعد بها عن متناول ذبابة السلاح المهاجمة يلي ذلك القيام بالرد .

وبعد أن يقوم المدرب بتدريب اللاعب على إتقان أداء حركات الهجوم على النصل هذه ، ثم يبدأ في تدريب اللاعب على كيفية الربط بين أداء هذه الحركات مع بعضها البعض بحيث تخدم كل منهما الأخرى وتمهد لها في تتابع مستمر ومنسق بتوقيت مضبوط ، وذلك عن طريق تكوين خطة هجومية تستخدم فيها عدة هجمات نصلية تنتهي بحركة أو اثنين من حركات الهجوم البسيط .

### مثال ذلك :

١ - أن يقوم اللاعب بحركة ضرب لنصل سلاح المدرب في أحد الاتجاهات وليكن الاتجاه السادس .

٢ - يقوم المدرب بالدفع السادس الأفقى أو بالدفع الرابع الدائرى بناء على اختياره لاحدهما بطريقة اغلاق اتجاه الهجوم .

٣ - يقوم اللاعب بأداء حركة الضغط على نصل سلاح المدرب فور اغلاقه لاتجاه حركة الهجوم بالضرب التى قام بها أولا .

يقوم المدرب فور أداء اللاعب لحركة الضغط على نصل سلاحه بالدفع الأفقى بالضغط المعاكس لاتجاه ضغط اللاعب مع الامتداد بنصل سلاحه للإمام فى اتجاه اللاعب .

٥ - يقوم اللاعب فور امتداد الذراع المسلحة للمدرب بأداء حركة السحق فى الاتجاه المناسب وفى اتجاه من أعلى الى أسفل .

٦ - يلى ذلك فورا قيام اللاعب بأداء حركة الطعن للإمام مستخدما الطعنة المستقيمة ومسجلا لللمسة .

وهكذا يستطيع المدرب أن يحدد للاعب مجموعة الحركات التي يستخدمها في إطار تطبيقه لخطة هجومية معينة ويستمر التدريب على هذا النوال فترة من الوقت حتى يتمكن اللاعب من اتقان الربط بين أداء كل حركة منها مع الأخرى في تناسق كامل .

### المجموعة التاسعة :

#### المسكات النصلية

أ ( التدريب على حركة الربط بالتضاد

١ - يلتحم المدرب بسلاحه مع سلاح اللاعب في أحد الأوضاع العليا للمبارزة ( السادس أو الرابع ) .

٢ - يقوم المدرب بحركة تغيير الالتحام مع نصل سلاح اللاعب من السادس الى الرابع أو من الرابع الى السادس تبعا لوضع الالتحام الاول .

٣ - فور أداء المدرب لتغيير الالتحام ، يقوم اللاعب بالضغط بقوة في اتجاه الالتحام الجديد بواسطة قبضة يده المسلحة مع عدم تركه لنصل سلاح المدرب . يلي ذلك امتداد ذراعه المسلحة للإمام مع استمرار الضغط نحو الهدف على صدر المدرب والقيام بحركة الطعن مباشرة للإمام في نفس الخط الذي تمت في اتجاهه حركة الربط بالتضاد .

ب ( الدفاع ضد حركة الربط بالتضاد :

١ - يقوم اللاعب بتغيير الالتحام مع نصل المدرب .

٢ - يقوم المدرب بأداء حركة الربط بالتضاد على نصل سلاح اللاعب مع الامتداد بذراعه المسلحة للإمام مع استمرار التلامس بين النصلين وآدائه للخطوة للإمام بديلا لحركة الطعن .

٣ - الدفاع ضد هذه الحركة يقوم به اللاعب باستخدام طريقة اغلاق اتجاه الهجوم أو بالدفاع النصف دائرى مع مراعاة استمرار تلامسة مع نصل سلاح المدرب ثم القيام بأداء الرد المباشر أو الغير مباشر فور الانتهاء من أداء الدفاع .

### حركة الربط النصف دائرية :

١ ( التدريب على الربط النصف دائرى

- ١ - يلتزم المدرب مع نصل سلاح اللاعب فى أحد أوضاع المبارزة .
- ٢ - يقوم اللاعب بتغيير الالتحام مع نصل سلاح المدرب مع أداء خطوة التقدم للامام فور تقهقر المدرب للخلف .
- ٣ - يقوم المدرب بتغيير التحام مقابل لتغيير التحام اللاعب .

٤ - عند اكتمال تلامس النصلين فى وضع الالتحام الاخير ، يقوم اللاعب بأداء الربط النصف دائرى بواسطة الهبوط برسغ يده المسلحة من أعلى الى أسفل اذا كان الالتحام الاخير فى أحد الاوضاع العليا - مع استمرار تلامس نصله مع نصل سلاح المدرب أثناء امتداد ذراعه المسلحة للامام أسفل نصل سلاح المدرب يلى ذلك قيامه بأداء حركة الطعن مسجلا الملمسة .

ب ( الدفاع ضد حركة الربط النصف دائرية

- ١ - يقوم المدرب بالالتحام مع نصل سلاح اللاعب فى أحد أوضاع المبارزة .
- ٢ - يقوم المدرب بتغيير وضع الالتحام مع نصل اللاعب من الوضع الذى عليه الالتحام الى وضع آخر مع التقدم بخطوة للامام .

٣ - يقوم اللاعب بالتقهقر للخلف مع تغيير الالتحام مع نصل سلاح المدرب الى وضع التحام مقابل .

٤ - من وضع الالتحام الاخير ، يقوم المدرب بأداء حركة الربط النصف دائرية بنصل سلاحه على نصل سلاح اللاعب مع الامتداد بذراعه المسلحة للامام و أداء الخطوة للامام بديلا عن حركة الطعن بالقدم مع الاستمرار في ملامسة نصل سلاح اللاعب .

٥ - يقوم اللاعب - عند انتهاء هجوم المدرب بهذه الحركة - بأداء الدفاع باغلاق اتجاه الهجوم بالوضع الدفاعى المناسب وهو فى هذه الحالة يتم من أسفل الى أعلى ، أو بدفاع دائرى وفى هذه الحالة يتم فى الوضع السابع أو الثامن . أو بمعنى آخر يتم الدفاع ضد هذه المسكة ، بمسكة أخرى مغايرة لاتجاهها بحركة ربط بالتضاد أو بحركة ربط نصف دائرية أو بحركة ربط دائرية . وذلك طبقا لارشاد المدرب فى اتخاذ اللاعب لاي منهما كدفاع ، ويلي ذلك القيام بحركة الرد .

حركة الربط الدائرى ( الالتفاف ) :

أ ( التدريب على حركة الربط الدائرى .

١ - يلتحم اللاعب والمدرب بنصلى سلاحيهما فى أحد الاوضاع .

٢ - يقوم اللاعب بحركة تغيير الالتحام الى وضع آخر مقابل مع التقدم بخطوة للامام وقيام المدرب بخطوة للخلف .

٣ - يقوم المدرب بحركة تغيير الالتحام مقابلة لحركة تغيير التحام اللاعب مع الامتداد بنصل سلاحه للامام مع ملامة نصل اللاعب وعدم تركه بهدف تهديده .

٤ - يقوم اللاعب بالالتفاف بالجزء القوي من نصل سلاحه حول نصل سلاح المدرب الممتد في اتجاهه على شكل دورة كاملة والعودة الى وضع الالتحام الذى كانا عليه مع الضغط على نصل سلاح المدرب بقوة والاسراع بالامتداد بذراعه المسلحة للامام فى اتجاه التلاحم الاخير مع الاستمرار فى تلامس النصلين حتى الانتهاء من آداء الطعنة المستقيمة وتسجيل اللمسة .

ب ( التدريب على الدفاع ضد الربط الدائرى .

١ - يقوم المدرب بتغيير الالتحام مع نصل سلاح اللاعب من وضع الالتحام الاول الى الوضع المقابل مع آداء خطوة للامام .

٢ - يقوم اللاعب بدوره بتغيير للالتحام يقابل تغيير التدام المدرب مع انقشقر بخطوة للخلف مع الامتداد بذراعه المسلحة فى اتجاه المدرب دون فك التلامس بين النصلين .

٣ - يقوم المدرب بآداء حركة الربط الدائرى على نصل سلاح اللاعب مع الاستمرار فى تلامس النصلين والامتداد بذراعه المسلحة القائمة بالحركة نحو هدف اللاعب و آداء الخطوة للامام بديلا عن حركة الطعن .

٤ - يقوم اللاعب بآداء الدفاع المناسب ، اما بدفاع دائرى مع استمرار تلامس النصلين واخراج نصل سلاح المدرب خارج نطاق الهدف أو بدفاع نصف دائرى مع الاستمرار أيضا فى ملامسة نصل المدرب دون تركه على أن يصبح نهاية هذه الدفاعات اغلاق اتجاه هجوم نصل السلاح المهاجم .

ومن ذلك ينتضح أن الدفاع ضد المسكات النصلية عموما هو عبارة عن الدفاع بمسكة نصلية أخرى اتجاه عكس المسكة النصلية المهاجمة وذلك نظرا لاستمرار تلامس النصل المهاجم لنصل اللاعب الذى يقع عليه الهجوم وذلك بغرض تغيير اتجاه نصل المهاجم الى اتجاه آخر بعيدا عن الهدف المراد تسجيل اللمسة عليه .

يقوم المدرب بعد ذلك بتدريب اللاعب على الربط بين حركات المسكات النصلية مع بعضها البعض بحيث تخدم كل منها الاخرى فى الوصول الى تحقيق الهدف المطلوب من استخدامها فى تسجيل اللمسة على الخصم . مثال ذلك :

١ - يقوم اللاعب بأداء ربط بالتضاد على نصل سلاح المدرب .

٢ - يقوم المدرب بالدفاع ضد الربط بالتضاد بدفاع نصف دائرى مستخدما الربطة النصف دائرية .

٣ - يقوم اللاعب بأداء ربطة نصف دائرية من أسفل لاعلى ممتدا بذراعه المسلحة للامام فى اتجاه المدرب والاستمرار فى ملامسة نصل سلاحه والقيام بأداء الطعنة المستقيمة مباشرة نحو الهدف المفتوح أمامه .

وهكذا يمكن للمدرب أن يقوم بتدريب اللاعب على استخدام هذه الحركات الخاصة بالمسكات مع حركات أخرى بسيطة كحركة تغيير الاتجاه حتى يكتسب المهارة اللازمة للاداء الحركى السليم المتتابع .

وهنا يمكن القول بأن المهارات الاساسية الخاصة بالمبارزة التى سبق أن ذكرت تعتبر مجموعة المهارات الحركية التى تتركب منها المبارزة عموما اذا ما نظرنا الى كل مهارة حركية منها نظرة مستقلة ، على أن كل

منها وحدة قائمة بذاتها يمكن تحديدها من حيث المضمون ومن حيث الناحية الحركية . لذلك يجب على المدرب أن يقوم بالتركيز بشدة على تدريب اللاعب عليها حتى يؤديها منفردة ومجموعة الأداء السليم والدقيق من حيث الأداء الفنى الحركى والسرعة اللازمة .

وعندما يتأكد المدرب من إتقان اللاعب للأداء الحركى السليم للمهارات المختلفة السابقة ، يبدأ فى تدريب اللاعب على متنوعات الهجوم التى لا تخرج فى تركيبها وتكوينها عن أداء عدة حركات من مهارات المبارزة الاساسية مرتبة ترتيبا معيناً وتؤدي فى تتابع حركى وزمنى خلف بعضها البعض ، حيث يمكن تحديد مضمونها ومعناها على الأوجه الآتية :

١ - تكملة الهجوم

٢ - تكرار الهجوم

٣ - استعادة الهجوم

### المجموعة العاشرة :

وهى تتضمن التدريب على متنوعات الهجوم

أ ( التدريب على حركة تكملة الهجوم :

١ - يلتحم المدرب بنصل سلاحه مع نصل سلاح اللاعب فى أحد

أوضاع المبارزة العليا .

٢ - يهوىء المدرب الظروف المناسبة لأداء احدى حركات الهجوم

أو بعضها محدداً له الحركات التى يقوم بها .

٣ - يقوم اللاعب بأداء حركة الهجوم الاخيرة مستهدفاً تسجيل

اللمسة .

- ٤ - يقوم المدرب بأداء الدفاع الكامل الناجح ضد الهجوم الذي قام به اللاعب دون أن يقوم المدرب بأداء حركة الرد .
- ٥ - يفتح المدرب خط الدفاع الذي قام به قليلا .
- ٦ - يثبت اللاعب في وضع الطعن الذي قام به دون أن يعود الى وضع التحفز .

- ٧ - يقوم اللاعب بتوجيه ذبابة سيفه مرة أخرى نحو الهدف على صدر المدرب مسجلا اللمسة مع الميل قليلا بجسمه للامام تأكيدا للوصول باللمسة الى الهدف .

### الدفاع :

- ١ - يقوم المدرب بأداء الهجوم بأحدى حركات المبارزة ضد اللاعب في الاتجاه الذي يختاره مع أدائه لخطوة مناسبة للامام بديلا لحركة الطعن .

- ٢ - يقوم اللاعب بأداء حركة الدفاع الكامل ضد حركة هجوم المدرب .

- ٣ - فور أداء اللاعب للدفاع ، يقوم المدرب بأداء حركة تكملة الهجوم .

- ٤ - يقوم اللاعب بأداء حركة الدفاع ضد هذه التكملة ، اما بتكرار الدفاع على نفس خط الدفاع الاول أو بأداء الدفاع الدائري الذي يتناسب مع وضع سلاحه ، وعلى المدرب أن يحدد نوع الدفاع واتجاهه .

### ب ( التدريب على حركة تكرار الهجوم :

- ١ - يلتحم المدرب بنصل سلاحه مع نصل سلاح اللاعب في أحد أوضاع المبارزة العليا .

٢ - يحدد المدرب للاعب اتجاه حركات الهجوم الذي يقوم به ونوعها .

٣ - يقوم اللاعب بأداء حركات الهجوم التي حددها له المدرب .

٤ - عند انتهاء اللاعب من أداء الهجوم ، يقوم المدرب بأداء الدفاع في الاتجاه المناسب مع التيقن قليلا للخلف لاطالة المسافة بينه وبين اللاعب والقيام بالرد على هذا الهجوم .

٥ - يقوم اللاعب بالتقدم بقدمه الخلفية للامام قليلا ليتخذ وضع استعداد تحزى سريع ويتفادى رد المدرب بنصل السلاح مؤديا دفاعا سريعا .

٦ - بعد أداء اللاعب لدفاع سريع ضد حركة رد المدرب ، يقوم بأداء الهجوم مرة ثانية مستخدما نفس حركة الهجوم الاولى في نفس اتجاه الهجوم الاول أو في خط آخر مقابل له مع أداء حركة الطعن بسرعة للمرة الثانية بالتقدم الامامية .

### الدفاع :

يتم الدفاع ضد هذا النوع من الهجوم باتخاذ اللاعب للخطوة للخلف للابتعاد عن الخصم لاطالة المسافة بينهما والقيام باغلاق اتجاه حركة هجوم الخصم الاخيرة مستخدما الدفاع بالتعارض . سواء استخدم الدفاع الافقى أو الدائرى أو النصف دائرى ، يلى ذلك قيام اللاعب المدافع بالرد اذا ما كانت هناك فرصة لذلك .

### ج ( التدريب على حركة استعادة الهجوم :

١ - يلتحم المدرب بنصل سلاحه مع نصل سلاح اللاعب في أحد أوضاع المبارزة العليا .

٢ - يحدد المدرب للاعب اتجاه ونوع حركات الهجوم الذى يقوم به .

٣ - يقوم اللاعب بأداء حركات الهجوم التى حددها له المدرب .

٤ - عند انتهاء اللاعب من أداء حركات الهجوم والظعن ، يقوم المدرب بأداء الدفاع المناسب سواء بالنسبة لنوع الدفاع من حيث الاتجاه الحركى أو الوضع الدفاعى كالرابع أو السابع وغيره مع أدائه لخطوة للخلف .

٥ - يقوم المدرب بعد أداء الدفاع بالرد مهددا هدف اللاعب .

٦ - يقوم اللاعب فورا بالتقدم بقدمه الخلفية قليلا للامام ليتخذ وضع استعداد تحفىزى سريع متفاديا الرد الذى قام به المدرب بحركة دفاع سريعة .

٧ - يقوم اللاعب فورا بأداء الهجوم للمرة الثانية بحركة هجوم جديدة يحددها له المدرب تختلف عن حركة الهجوم الاولى التى قام بها عند أدائه للهجوم الاول ، اما فى نفس خط الهجوم السابق أو فى خط آخر مقابل له مع القيام بحركة ظعن مرة ثانية بالسرعة اللازمة .

### الدفاع :

يتم الدفاع ضد هذا النوع من الهجوم بنفس الاسلوب المتبع فى الدفاع ضد حركة تكرار الهجوم .

### المجموعة الحادية عشر :

وهى تتضمن حركات الهجوم المضاد والتدريب عليها .

## أ ( التدريب على طعنة الايقاف

١ - يلتحم المدرب بنصل سلاحه مع نصل سلاح اللاعب في أحد  
الأوضاع الخاصة بالمبارزة .

٢ - يقوم المدرب بتغيير الالتحام على نصل سلاح اللاعب من  
وضع الى وضع آخر وتكراره أكثر من مرة .

٣ - يلي ذلك قيام المدرب بحركة مركبة من (حركة ١ ، ٢ أو حركة  
١ ، ٢ ، ٣ ) كمثال ، مع آدائها بطريقة خاطئة وليكن ذلك ببطء أو بانثناء  
مفصل مرفق ذراعه المسلحة مع التقدم نحو اللاعب بالخطوة للامام بديلا  
عن حركة الطعن .

٤ - يقوم اللاعب فورا وخلال التوقيت الزمني الاول لحركات  
هجوم المدرب الغير سليمة ، بالامتداد بذراعه المسلحة بسرعة وبتوجيه  
دقيق لذبابة سيفه نحو منطقة الهدف المكشوفة على صدر المدرب مسجلا  
اللمسة ، اما من الثبات في وضع الاستعداد أو بآداء حركة الطعن بالقدم  
الامامية مع ملاحظته لعدم ملامسته لسلاح المدرب .

## ب ( التدريب على الهجوم بالطعنة الزمنية

١ - يلتحم المدرب بنصل سلاحه مع نصل سلاح اللاعب في أحد  
أوضاع المبارزة .

٢ - يقوم المدرب بالهجوم باحدى حركات الهجوم أو بأكثر من  
حركة هجوم ( مركبة ) بطريقة سليمة الآداء في اتجاه هدف اللاعب .

٣ - يقوم اللاعب على آخر توقيت الهجوم الذي قام به المدرب أو  
على التوقيت قبل الاخير ، بآداء الدفاع المناسب تجاه خط الهجوم الذي

قام به المدرب بحركة دفاع سريعة يعطل بها حركة الهجوم الموجهة اليه من تحقيق هدفها مع استمراره بالسيطرة على نصل سلاح المدرب وملامسته .

٤ — يلي ذلك قيام اللاعب بامتداد بذراعه المسلحة على نفس اتجاه خط الدفاع السريع الذى قام به ضد حركة الهجوم ، ويوجه ذبابة سيفه نحو الهدف على صدر المدرب اما من الثبات فى وضع الاستعداد أو بآداء حركة الطعن مع مراعاته لاستمرار سيطرته وملامسته لنصل سلاح المدرب حتى تسجيل اللمسة .

### ج ( التدريب على الهجوم المضاد المرتد

هذا النوع من الهجوم المضاد عبارة عن حركة هجوم باحدى حركات المبارزة ردا على الهجوم المضاد للخصم بأحد النوعين السابقين .

١ — يقوم المدرب بالتحام بنصل سلاحه مع نصل سلاح اللاعب فى أحد أوضاع المبارزة .

٢ — يحدد المدرب للاعب حركة هجوم يقوم بها ضده .

٣ — يقوم المدرب بآداء حركة هجوم مضادة ضد اللاعب يقصد بها تعطيل الهجوم الذى يقوم به .

٤ — يقوم اللاعب بتفادى حركة الهجوم المضاد التى يقوم بها المدرب بالدفاع السريع المناسب .

٥ — يلي ذلك قيام اللاعب بآداء حركة الهجوم المرتدة ضد المدرب مستخدما احدى حركات المبارزة المناسبة مسجلا اللمسة والتى يحددها له المدرب .

## المجموعة الثانية عشر :

### التدريب على الرد المضاد

١ - يقوم المدرب بالتحام بنصل سلاحه مع نصل سلاح اللاعب في أحد أوضاع المبارزة .

٢ - يقوم اللاعب بآداء حركة هجوم يحددها له المدرب مع الطعن بالقدم الامامية طعنة كاملة .

٣ - يقوم المدرب بآداء الدفاع ضد هجوم اللاعب والقيام بآداء الرد تجاه منطقة هدف اللاعب .

٤ - يقوم اللاعب بآداء الدفاع بطريقة الضرب ضد الرد الذي قام به المدرب وهو ثابت في وضع الطعن .

٥ - فور آداء اللاعب للدفاع ضد الرد الذي قام به المدرب يقوم بالامتداد بذراعه المسلحة للامام تجاه هدف المدرب من نفس الخط الذي تم فيه دفاعه مسجلا اللمسة على صدر المدرب محققا قيامه بالرد المضاد .

وأثناء قيام المدرب أو المدرس القائم على تدريب اللاعب وتعليمه المبارزة أن يراعى النقاط الآتية :

١ - أن يقف أمام اللاعب مع مواجهته المواجهة الجانبية بالذراع المسلحة وقدمه الامامية مكونة زاوية قائمة مع قدمه الخلفية وامتداد ركبتيه دون انثناء .

٢ - أن يواجه اللاعب بصدرة في ثقة واعتزاز .

٣ - أن يقف أمام اللاعب على مسافة تبعد عنه بمقدار مترين أو

مترين ونصف تبعاً لتفاوت أطوال اللاعبين ، وتقاس تلك المسافة بمقدار  
بعد كل من قدمى المدرب واللاعب الاماميتين •

٤ - أن يراعى المدرب وضع قدمه الامامية على خط مستقيم مع  
قدم اللاعب الامامية وفي اتجاه عمودى عليه ، هذا الخط هو ما يعبر  
عنه بالخط الوهمى للمبارزة •

٥ - أن يكثر من التعامل بسلاحه مع نصل سلاح اللاعب بالالتحام  
معه قبل وبعد أداء حركات السلاح حتى يكتسب اللاعب الاحساس  
النصلى بنصل سلاح المدرب ونصل سلاحه هو شخصياً •

٦ - يراعى ألا يمسك بنصل سلاح اللاعب بيده الحرة الا في  
الضرورة القصوى وخاصة بعد أن يصل اللاعب بذبابة سيفه الى صدر  
المدرب •

٧ - أن يوجه دائماً نصل سلاحه نحو اللاعب مهددا الهدف  
وخاصة عند تعليمه اتجاهات وطرق الدفاع •

٨ - أن يتحرك المدرب مع اللاعب حركة دائمة للخلف وللإمام  
ليكسبه الاحساس بضبط المسافة التى تناسبه والتعود على التحرك  
بالقدمين من وضع الاستعداد فى سهولة ويسر أمام المنافس •

٩ - يجب أن يحرص المدرب على أداء التحية الخاصة بالمبارزة من  
جانب اللاعب ومن جانبه قبل بدء درس المبارزة •

١٠ - كما يجب أيضاً أن يحرص على أن يؤدى كل من اللاعب  
والمدرب التحية عند انتهاء الدرس ومصافحته باليد الحرة بعد خلع  
القتاع •

لقد أردت مما سبق ذكره ، أن أوضح فقط للقائم بتدريب المبارزة  
كيفية التدرج بتعليم وتدريب اللاعبين على مهارات رياضة المبارزة  
المختلفة وأساليب تطبيقاتها العملية والحركية عند تعليمه الناشئين ممارسة  
هذه الرياضة ، بهدف الوصول الى إتقان الاداء المهارى الحركى للمهارات  
الاساسية الخاصة بها ومتنوعاتها • وليس التعرض الى نظريات وطرق  
التدريب المختلفة •

### ارشادات وتوجيهات تدريبية

يجب أن يقوم اللاعب بين آن وآخر ببعض التدريبات على المهارات  
الاساسية الخاصة برياضة المبارزة ، بهدف العمل على رفع مستوى  
إتقان الأداء المهارى الحركى لها ، واكتساب اللياقة الحركية الكاملة  
المطلوبة ، وذلك بصفة فردية ، أو مع أحد اللاعبين الآخرين •

وفيما يلي مجموعة من تلك التدريبات والتمارين يمكن للاعب  
القيام بها :

#### أ ( تدريبات خاصة بتحركات القدمين :

الوقوف في وضع التحفز المناسب مع حمل السلاح ، ثم أداء  
التدريبات الآتية :

١ - التقدم للإمام من وضع التحفز بخطوات متتابعة دون توقف  
في خط مستقيم لمسافة ١٠ أمتار • ثم أداء الطعن (الحركة الانبساطية)  
والعودة الخلفية • وذلك دون أن يفقد اللاعب توازنه •

٢ - التقهتر للخلف واللاعب في وضع التحفز بخطوات متتابعة

دون توقف في خط مستقيم لمسافة ١٠ أمتار ، ثم أداء حركة الطعن والعودة الخلفية أو الامامية •

٣ — التقدم للإمام خطوتان متتاليتان ، يليهما الطعن مباشرة ، ثم العودة الخلفية أو الامامية • وذلك مع ملاحظة عدم فقد التوازن •

٤ — التقهقر للخلف خطوتان متتاليتان ، يليهما الطعن مباشرة ثم العودة الخلفية أو الامامية ، مع نفس الملاحظة السابقة •

٥ — الطعن للإمام والعودة الامامية أو الخلفية ، وتكرر عدة مرات في شكل متتابع دون توقف لمسافة مناسبة •

٦ — التقدم للإمام ثلاث أو أربع خطوات ، ثم التقهقر للخلف فوراً بنفس العدد من الخطوات ، ثم نكرر عدة مرات ، كما يمكن أداء هذا التدريب مع الطعن والعودة في كل مرة •

في هذه التدريبات ، يجب الالتزام بمراعاة الأداء السريع المتتابع والاستمرارية الحركية دون توقف ودون إبطاء •

ب ( تدريبات خاصة بتسجيل اللمسة :

الوقوف أمام لوحة هدف معلقة على حائط ، في وضع التحفز مع حمل السلاح ، وعلى بعد مناسب منها •

١ — تكرار الطعن واللمس ثم العودة الخلفية عدة مرات متتابعة •

٢ — التقدم للإمام خطوة واحدة والطعن واللمس ثم العودة الخلفية مع التقهقر خطوة واحدة للخلف عدة مرات متعاقبة •

٣ - البدء بالتفكير خطوة واحدة للخلف ، ثم الطعن واللمس والعودة الخلفية عدة مرات متعاقبة .

### ج ) تدريبات خاصة بمهارات المبارزة الخاصة بالهجوم :

وذلك بالاشتراك مع الزميل ، كل منهما في مواجهة الآخر ، مع الالتحام في أحد أوضاع المبارزة على مسافة مناسبة بينهما .

١ - يقوم أحد اللاعبين بأداء احدى مهارات المبارزة الهجومية - على سبيل المثال ( المغيرة - القاطعة - خداع بالمغيرة ثم المغيرة في الاتجاه الآخر - ضرب النصل مع الطعن المباشر - ضرب النصل مع الطعن بالمغيرة وهكذا ) - ثم الطعن واللمس على هدف الزميل والعودة الخلفية ثم يكرر ذلك عدة مرات مع مراعاة الاستمرار في أداء نفس حركة الهجوم دون توقف ويتم ذلك من جانب لاعب واحد مع عدم محاولة اللاعب الآخر القيام بالدفاع .

٣ - يختار اللاعبان احدى حركات الهجوم ، ويقوم أحدهما بأدائها بينما عدة مرات ودون توقف ، بنفس الاسلوب السابق ، أى بدون دفاع .

٣ - يختار اللاعبان احدى حركات الهجوم ، ويقدم أحدهما بأدائها ، مع محاولة اللاعب الآخر بأداء الدفاع المناسب ، بهدف اختبار سرعة أداء الحركة الهجومية المنفذة . من جانب اللاعب المهاجم . ويكرر الأداء بينهما بالتبادل .

### د ) تدريبات خاصة بمهارات المبارزة الدفاعية :

تؤدى هذه التدريبات بالاشتراك مع الزميل

١ - يقوم أحد اللاعبين بأداء إحدى مهارات المبارزة الهجومية ،  
ويقوم اللاعب الآخر بأداء الدفاع المناسب ، يليه القيام بالهجوم  
بحركة الرد المباشر .

٢ - يختار اللاعبان ، إحدى حركات الهجوم ، ويقومان بتبادل  
آدائها فيما بينهما ، على أن يتناوبان أداء كل من حركة الهجوم المنفذة  
والدفاع المقابل لها والمناسب .

وهكذا يمكن للاعب أداء تدريبات مماثلة أخرى بهدف وضع الآداء  
المهارى الحركى لمهارات المبارزة فى اختيار ذاتى يستطيع به أن يقوم  
بتقدير وتقييم آدائه المهارى من حيث السرعة ودقة الآداء الحركى  
وسلامته ، والتسجيل الصحيح للمسمة .

بسم الله الرحمن الرحيم  
الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيدنا محمد  
الذي بعث في طينتنا نبيًا ربيًّا رحيمًا

أشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له  
أشهد أن محمدًا عبده ورسوله  
أشهد أن عليًّا وليه وصيِّه

أشهد أن جعفرًا صادقًا من آل بيته الطيبين الطاهرين  
الذين هم أصحاب البيت المعصومين  
الذين هم إمامي ومناجيني  
الذين هم أئمتنا وأركاننا

# الفصل الأول

القواعد العامة لسلح الشيش



# الفصل الأول

## القواعد العامة لسلاح الشيش

شرح وایضاح بعض النصوص المنظمة للمبارزة بسلاح الشيش :

هذا الفصل ليس المقصود به تغطية القواعد الدولية لسلاح الشيش بندا بندا ، فذلك له مجال آخر غيره في الكتب التي تبحث في قواعد القانون الدولي الصادرة من الاتحاد الدولي للسلاح ، ولكن المقصود به لا يخرج عن كونه استكمالا لفصول هذا الكتاب ديث لا يجوز الكتابة في موضوع ما دون الاشارة الى القواعد الرئيسية التي تحكمه بهدف ايضاح ما كان غامضا ، أو تفسير لشروط بعض الاحكام ، ولذلك فهذه الايضاحات والتفسيرات ليست كافية لمن يقوم بدراسة قواعد القانون الدولي للسلاح ، وعلى القارئ الذي يهمله هذا الامر عليه بمراجعة نصوص تلك القواعد في المطبوعات الخاصة بذلك . أما ما يلي فهو لا يخرج — كما ذكرت ذلك سابقا — عن كونه ايضاحا أو تفسيريا لبعض هذه البنود ليستترشد بها القارئ أو اللاعب أو المدارس عند دراسته للمبارزة وأصولها .

ما يختص باللمسة :

تعتبر اللمسة في المبارزة هي الاصابة التي يسجلها اللاعب على سطح جسم منافسه المحدد قانونا لوضع اللمسة عليه ، وحتى تحتسب تلك اللمسة قانونية وصحيحة في سلاح الشيش يجب أن تتوفر الشروط الآتية :

١ - تسجل اللمسة داخل نطاق مسطح الهدف فانونا على جسم المنافس .

٢ - تسجل اللمسة بواسطة ذبابة السلاح أى طرفه النهائى وبالذبابة فقط .

يجب أن تسجل اللمسة عن طريق ضغط الذبابة عموديا على سطح الهدف بقوة ضغط تزن أكثر من ٥٠٠ جرام .

٤ - يجب أن يتم تسجيل اللمسة من خلال جملة مبارزة .

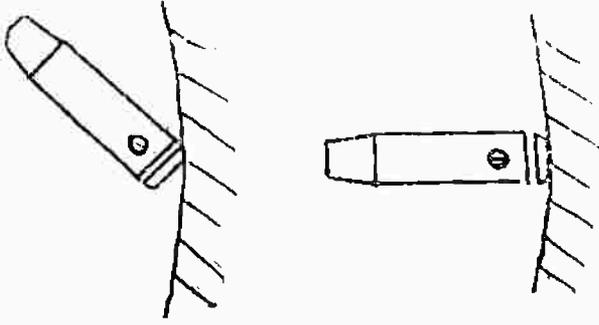
٥ - يتم تسجيل اللمسة من داخل حدود الملعب وليس من خارجه .

٦ - يجب أن تسجل اللمسة من وضع المواجهة الامامية بين اللاعبين المتنافسين .

٧ - يجب أن يرتبط السلاح المستعمل بيد اللاعب أثناء تسجيل اللمسة بمعنى ألا يترك السلاح يد اللاعب القابضة على المقبض مثل للرمى أو بأى وسيلة أخرى عند التسجيل .

٨ - يتم احتساب اللمسة الصحيحة طبقا لقاعدة أحقية وأسبقية التسجيل خلال جملة المبارزة .

٩ - عند تحكيم المنازلات بجهاز التحكيم الكهربائى ، توضح الاشارات التى يعلنها الجهاز المستخدم فى الاعتبار لتدعيم مادية وصحة اللمسة دون أى اعتبار آخر ( ما عدا اللمسات التى تحسب كجزاءات )  
المادة ٢٢٨ .



(شكل ٦٠) اللمسة الغير صحيحة واللمسة الصحيحة

### المنازلة وعدد اللمسات :

• في سلاح الشيش (رجال )

يتمدد حجم المنازلة ب ٥ لمسات – وتعتبر المنازلة منتهية اذا ما

استطاع أحد اللاعبين تسجيل الخمسة لمسات المطلوبة قبل أن يسجلها

• عليه الآخر .

في سلاح الشيش ( سيدات ) :

يتمدد حجم المنازلة ب ٤ لمسات – وتعتبر منتهية كما جاء في النقطة

السابقة .

### الزمن المحدد للمنازلة :

• ٦ دقائق (ملعبه شيش رجال )

• ٥ دقائق (ملعبه شيش سيدات )

لا يزداد وقت المنازلة الا في حالة تعادل اللاعبين : عدد اللمسات ٤

• لكل (رجال ) • أو ٣ لكل ( سيدات ) •

## العلاقة بين اللمسات وزمن المنازلة :

— قبل نهاية الوقت المحدد لكل مباراة ، بدقيقة واحدة ، يجب أن يبلغ الميقاتي رئيس الحكام شخصا بذلك ، الذي يوقف بدوره المباراة وينبه اللاعبين بما تبقى لهما من الوقت ، ثم تستأنف المنازلة بينهما من نفس المكان الذي توقفت عنده .

— عند انتهاء الوقت المحدد نهائياً ، يجب أن يوقف الميقاتي المباراة بنفسه فوراً وذلك بأن يصدر الامر « قف » وبذلك تعتبر هذه المنازلة منتهية .

— يمكن أن يعاقب رئيس الحكام المباراة الذي يحاول بطريقة غير لائقة تعطيل استمرار المنازلة أو إيقافها بصفة شخصية متعمداً ، بإنذاره ثم بادئساب لسة عليه وأخيراً بطرده .

— اذا ما انتهى الوقت المحدد للمباراة قبل أن تكتمل عدد اللمسات التي يجب أن تسجل على أحد اللاعبين ، وفي هذه الحالة هناك احتمالان :

أ ) أن ينتهي الوقت المحدد وأحد اللاعبين قد احتسبت عليه عدد من اللمسات أكثر من اللاعب الآخر — عندئذ تضاف الى كل منهما عدد اللمسات المطلوبة حتى الوصول الى الحد النهائي الذي يلعبان من أجله ( مثال — المنازلة من ٥ لسات ، والنتيجة كانت بينهما بنسبة ٣ : ٢ لصالح اللاعب الثاني ، يضاف الى كل منهما لستان لتصبح النتيجة بنسبة ٥ : ٤ وانتصار اللاعب الذي سجلت عليه لسات أقل من الآخر .

ب ) أن ينتهي الوقت المحدد ، وعدد اللمسات التي احتسبت على كل منهما متساوية ، عندئذ يضاف الى كل منهما عدد اللمسات حتى تصل الى الحد النهائي وتقل لسة واحدة ، التي يجب أن يلعب اللاعبان

عليها بدون وقت محدد ، حتى يسجل أحدهما على الآخر هذه اللمسة ليصبح منتصرا عليه ( مثال - انتهت المنازلة والنتيجة ٢ : ٢ ، تضاف لمستان لكل منهما وبذلك تصبح النتيجة ٤ : ٤ - وهنا تستمر المباراة حتى يستطيع أحدهما أن يسجل هذه اللمسة ليصبح منتصرا بنسبة ٥ : ٤ لمسات ( مادة ٢٢٥ ، ٢٢٦ ) •

فيما يختص بتجاوز حدود ميدان اللعب :

أ ( إيقاف المنازلة :

عندما يتخطى أو يتجاوز اللاعب حدود ميدان اللعب بركتا قدميه ، في هذه اللحظة ، يجب على رئيس الحكام إيقاف المنازلة فورا والغاء كل شيء حدث بعد عبور أحدهما حدود الملعب ، ما عدا اللمسة التي سجلت ضد المبارز الذى عبر الحد ، وحتى بعد عبوره له ، على شرط أن تكون هذه اللمسة قد سجلت مباشرة كجزء من حركة مستمرة بدأت قبل عبوره والتي ضمنها حدوث العبور •

— كذلك عندما يترك اللاعبين الحلبة ، تحتسب اللمسة التي يسجلها اللاعب الذى يتواجد داخل حدود الملعب حتى في حالة اللمسات المزدوجة ( التى سجلها كل من اللاعبين ضد الآخر في وقت واحد ) •

ب ( تجاوز الحدود الجانبية :

يعاقب المبارز الذى يعبر الحدود الجانبية لميدان اللعب بركتا قدميه ، يفقد مسافة من ملعبه قدرها ١ م في سلاح الشيش ، ٢ م في سلاحى السيف وسيف المبارزة ، بعدها يعود المتبارزان للوقوف في وضع التدفز لاستئناف المنازلة بينهما ، على أن يتقدم الخصم للامام نفس هذه

المسافة باعتبارها مكسبا له من الوضع أو المكان الذي كان يشغله عندما حدثت الحركة • أما إذا ترتب على هذا العقاب تجاوز المبارز بكلتا قدميه للحد النهائي لميدان اللعب ، يعتبر في هذه الحالة كأنه قد لمس ( تحتسب ضده لمسة ) ، على شرط أن يكون هذا المبارز قد أُنذر عند خط التنبيه الخاص به سابقا •

— المبارز الذي يتجاوز أحد الحدود الجانبية لميدان اللعب بكلتا قدميه — خاصة عند أداء هجمة السهم ، ليتجنب لمسة قد تسجل عليه ، يعاقب باحتساب لمسة ضده ، على أن يكون قد أُنذر فعلا في نفس المنازلة •

### ج ( تجاوز الحدود الخلفية وخط التنبيه :

عندما تصل القدم الخلفية للاعب الى خط التنبيه الخاص به وتتجاوزته وتتخطاه ، يعطى رئيس الحكام أمره بايقاف المنازلة وينبه هذا اللاعب المتقهر الى مقدار المسافة المتبقية له ( وهي ١ م ) قبل أن يعبر الحد النهائي لميدان اللعب • وفي هذه الحالة يجب على اللاعب أن يقف في وضع التحفز أمام خط التنبيه الخاص به على أن تلامس قدمه الخلفية هذا الخط • ويكرر هذا التنبيه في كل مرة يستعيد أثناءها ملعبه من أرض الملعب ، ويتحدد ذلك بوصوله بقدمه الامامية الى خط الاستعداد الخاص به وعبره الى الامام •

— اذا تجاوز اللاعب الحد الخلفى لميدان اللعب بكلتا قدميه ، بعد انذاره من قبل عند خط التنبيه ، تدتسب عليه لمسة ، ما عدا الحالة التي يعبر منها المبارز الحد الخلفى المذكور ، دون أن يكون قد أُنذر من قبل، عندئذ يقف ثانية في وضع التحفز أمام خط التنبيه •

— يجب السماح للاعبين بالتقهقر للخلف على أرض ميدان اللعب  
لمرات متكررة بالضرورة لينال كل منهم وفق ارادته المسافة القانونية التي  
يراعها مناسبة ، ولا ينبه عليه شيء الا عندما يصل اللاعب منهم الى  
تجاوز خط التنبيه •

— اذا عبر اللاعب الحد الخلفى النهائى لميدان اللعب عند قيامه  
بالدفاع والرد مباشرة أو قام بأداء ضربة ايقاف أو ضربة زمنية ،  
تحتسب اللمسة الناتجة عن ذلك وتعتبر قانونية • وهذه القاعدة لا تنطبق  
على المبارز الذى عبر الخط النهائى لآخر مرة •

#### د ) ترك ميدان اللعب اضطراريا :

اللاعب الذى يتجاوز أحد الحدود الجانبية لميدان اللعب ، كنتيجة  
لحالة اضطرارية مثل التصادم مع المنافس ، لا تستوجب أية جزاءات  
بتاتا أو توقيع عقوبات عليه •

#### كيفية تحكيم المنازلات والقواعد الاساسية الخاصة بها :

#### مواقف اللاعبين المتبارزين :

— يقف المبارز الذى ينادى على رقمه أولا على يمين رئيس الحكام،  
أما المبارز الآخر ، فيقف على يساره ، ما عدا المنازلة التى تقام بين لاعب  
أيمن ولاعب أيسر ونودى على اللاعب الايسر أولا •

— يقف كل من اللاعبين فى نصف ملعبه خلف خط الاستعداد ،  
بحيث تبعد القدم الامامية لكل منهما مترين عن خط المنتصف •

— يقف اللاعبان دائما فى وضع التحفز عند بداية المنازلة أو خلالها  
داخل حدود ميدان اللعب •

— يقف اللاعبان في وضع التحفز عندما يصدر رئيس الحكام الامر اليهما بالاستعداد ، وبعدها يسألهما عما اذا كانا على استعداد لبدء المنازلة ، فاذا ما اجابا بالاجاب أو لم يسمع منهما اجابة نفى ، يعطى الامر ببدء اللعب (تعديل يونية ٦٥) •

بدء المنازلة واعادتها بعد أن نتوقف :

بمجرد أن يعلن رئيس الحكام كلمة ( العب ) يستطيع اللاعبان أن يبدأ المبارزة على ألا يشرع أى منهما فى أداء أية حركات قبل هذا الاعلان • ( أى لمسة تسجل قبل ذلك لا تحتسب ) •

— تقف المنازلة عند كلمة ( قف ) من جانب رئيس الحكام •

— لا يجب أن يبدأ اللاعبان القيام بأية حركات بعد كلمة ( قف ) مباشرة ( تبقى الحركات التى بدأت قبل اعطاء هذا الامر قانونية وتدخل فى التحليل الحركى ، أما الحركات التى تحدث بعدها ، فلا تعتبر قانونية ولا تحتسب على الاطلاق ) •

— اذا وقف لاعب قبل اعلان كلمة ( قف ) وسجلت ضده لمسة ، هذه اللمسة تعتبر قانونية وتحتسب ، حيث أن هذا الامر يعطى فى حالة ما اذا كان اللعب خطرا أو مخالفا للقواعد •

— يقف المبارزان فى وضع التحفز عند خط الاستعداد بعد كل لمسة غانونية ، أما اذا لم تحتسب اللمسة ، عندئذ يتم استدعاء اللاعبين للوقوف فى وضع التحفز فى نفس المكان الذى كانا يشغلانه عندما أوقفت المنازلة •

— يتم تبادل أماكن اللاعبين داخل الملعب كالاتى :

١ - فى المنازلات التى تلعب فى الهواء الطلق بعد تسجيل كل لمسة .

٢ - فى الملاعب المغطاة ، يتم تبادل أماكن اللاعبين بعد كل منازلة فى طريقة المغلوب من مرتين •

٣ - فى المنازلات التى تتم من عدة لمسات ، بعد أن يحصل أحد اللاعبين على نصف عدد اللمسات النهائى والمطلوبة • وفى جميع الاحوال لا يغير اللاعبان أماكنهما فى اللعب أثناء المباراة أو المنازلات التى تدار بالجهاز الكهربائى للتحكيم •

٤ - لا يسمح رئيس الحكام لاحد المبارزين بتزك ميدان اللعب دون إذن حتى اذا ما فعل المبارز ذلك بدون إذن يصبح مسئولاً عن تعرضه للجزاءات ( الانذار - احتساب لمسة عند أول تكرار - الاستبعاد عند ثانى تكرار للخطأ ) •

### المبارزة فى المسافات المتقاربة :

يسمح القانون بالمبارزة فى المسافات المتقاربة ، طالما أن المتبارزان يستطيعان التحكم فى أسلحتهما تماما ، ويستطيع رئيس الحكام فى سلاحى الشيش والسيف متابعة الحركات المتبادلة بينهما •

### تقارب الاجسام :

يطلق على هذا التعبير اسم تقارب الاجسام عندما يلامس اللاعبان كل منهما الآخر بطريقة غير لائقة • وفى هذه الحالة توقف المنازلة فوراً ثم يستأنفان اللعب من جديد بعد أن يبتعد كل منهما عن الآخر مسافة مناسبة ( ٢ م على الاقل ) •

على أن يعاقب المخطيء باحتساب لسة عليه بعد أن يكون قد أذّر  
أثناء نفس المنازلة .

### تغيير مكان الهدف وانعكاس الوضع :

يسمح بتغيير مكان الهدف بالغطس واللف والدوران ونصف اللف ،  
بما في ذلك حركات الغطس التي تلامس فيها الذراع الحرة أرضية  
الملاعب . أما عندما يعبر مبارز خصمه أثناء المنازلة ، في هذه الحالة يجب  
على الرئيس الامر بسرعة بايقاف المبارزة بكلمة ( قف ) ثم يعيد كل  
منهما الى الوضع الذي كان يشغله قبل حدوث الحركة الاخيرة التي  
تسببت في عبور المبارز لزميله — وعندما تسجل لسات أثناء هذا العبور،  
تحتسب لسات قانونية ؛ على أن تلغى اللسات التي تحدث بعد العبور  
كلية ( تعديل يونيو ٦٥ ) .

### كسب وفقدان المسافة :

عندما يصدر الحكام الامر ( قف ) ، يحتفظ كل لاعب بالارض  
التي اكتسبها حتى يتم تحديد على من منهما قد سجلت اللسة ، وعندما  
يستعيد اللاعبان وضع التحفز يجب أن يتراجع كل منهما مسافة  
متساوية للخلف للمحافظة على مسافة المبارزة الملائمة فيما بينهما كما في  
الاحوال الآتية :

#### ١ — عند ايقاف المنازلة نتيجة لتقارب الاجسام .

يقف المتبارزان مرة ثانية في وضع التحفز ؛ بحيث يقف المبارز الذي  
تسبب في تقارب الاجسام في المكان الذي كان يشغله سابقا . وتنطبق  
هذه القاعدة أيضا على حركة الهجوم بحركة السهم حتى بدون تقارب  
للجسام .

٢ - يجب الا يعود اللاعبان الى وضع التحفز محتفظا كل منهما بمسافته اذا كان المبارز الذى كان أمام خط التنبيه فى اللحظة التى أوقفت فيها المنازلة قد أصبح خلف خط التنبيه - اذا لم يكن قد أنذر من قبل .

### حالات الحوادث - التعب - انسحاب المبارز :

١ - يسمح رئيس الحكام بفترة من الراحة مرة واحدة فقط مدتها ٢٠ دقيقة كحد أقصى للاعب الذى يقع ضحية حادثة واضحة حتى يسترجع قدرته على مواصلة المنازلة .

٢ - اذا أصيب اللاعب بالتعب أو بتقلص عضلى أو بانحراف فى الصحة لسبب ما مرة أو عدة مرات وكان ذلك واضحا وعن دقيقة واقعة ، يسمح له رئيس الحكام بفترة راحة مدتها ١٠ دقائق كحد أقصى .

٣ - رئيس الحكام له السلطة الخاصة فى أن يطلب انسحاب مبارزا اذا أتضح له عدم قدرته ( صديا ) على تكلمة المنازلة حرصا على سلامة هذا المبارز .

### التحكيم :

يتم القيام بتحكيم المنازلة بواسطة الرئيس يساعده فى ذلك أربعة قضاة أو بمساعدة جهاز تسجيل اللمسات الخاص بسلاح الشيش الى جانب مساعدة اثنين من قضاة الارض يتواجدان اجباريا عند عدم وجود حلبة معدنية .

### ١ - التحكيم بالقضاة :

- يأخذ رئيس الحكام مكانه على مسافة من الحلبة تمكنه من

متابعة حركات المتبارزين تماما على أرض الحلبة ، ويدير المنازلة تبعاً  
لواد القانون الدولي السلاح .

— يتخذ القضاة أماكنهم بحيث يقف قاضيان على كل جانب من  
جانبي الملعب ، على يمين ويسار الرئيس نسبياً وخلف المتبارزين . وذلك  
كى يراقب القاضيان اللذان على يمين الرئيس اللاعب الذى على يساره  
ويؤكدان على وجه الخصوص وصول اللمسات التى قد تصل اليه ،  
وبالمثل يراقب القاضيان اللذان على يسار الرئيس اللاعب الآخر الذى  
على يمينه ويؤكدان أيضاً على وجه التحديد اللمسات التى قد تصل اليه .

#### ب ( الاسلوب المتبع فى التحكيم ومادية اللمسات :

١ — رئيس الحكام وحده هو المسئول عن ادارة المنازلة واصدار  
الوامر وتأكيد القرارات ومعاقبة المخطئين وتحكيم اللمسات واقرارها،  
ومع ذلك يمكن لاي من القضاة الآخرين أن يصدر أمر بايقاف المباراة في  
حالة واحدة فقط ، عندما يشك في وجود حادثة . وبالمثل ، يوقف الميقاتى  
المنازلة عندما ينتهى الوقت المحدد لها .

٢ — يجب أن يرفع القاضى يده لينبه الرئيس بمجرد أن يرى لمسة  
قد سجلت سواء أكانت على السطح المسموح باللمس عليه أو خارجه  
ضد المبارز الذى يراقبه .

٣ — يجرى التحكيم بصوت عال مسموع ودون أن يترك أحد من  
أعضاء هيئة التحكيم مكانه الذى يشغله .

٤ — الرئيس أو القاضى غير مجبر بأن يأخذ في اعتباره ، اعتراف  
لاعب بلمسة سجلت ضده بأى حال من الاحوال منعا للملاسات .

٥ - يقرر القضاة أولا مادية اللمسات وصحة اللسة المسجلة ،  
ثم يقرر الرئيس وحده ضد أى لاعب تحتسب اللسة باتباع مواد  
القانون الخاصة بذلك فيما يتعلق بسلاح الشيش •

٦ - بمجرد ايقاف المنازلة ، يعيد الرئيس باختصار تحليل  
الحركات التى كونت جملة المبارزة الاخيرة ، وفى مجرى هذا التحليل ،  
يسأل القاضيان اللذان يراقبان أحد اللاعبين ليتأكد عما اذا كان فى  
رأيهما ، أن حركات الجملة التى يحللها قد تسببت فى حدوث لسة على  
اللاعب ، ثم يتبع نفس الاسلوب مع القاضيان الآخران اللذان يراقبان  
اللاعب الآخر • وعلى هؤلاء القضاة أن يجيبوا على رئيس الحكام بأحد  
الاجابات الآتية :

( نعم ••• أو لسة غير قانونية خارج الهدف ••• أولا ••• أو  
ممتنع • ) ثم يعطى الرئيس رأيه أخيرا حتى تتحدد اللسة تحديدا  
نهائيا من حيث الاحتساب أو عدم الاحتساب •

٧ - يجمع رئيس الحكام هذه الاصوات التى صدرت من كل  
جانب على أن يحسب رأى كل قاضى منهم بصوت واحد ويحسب صوته  
بصوت ونصف بينما لا يحتسب الامتناع اطلاقا •••

أ ) اذا أتنفق كلا القاضيان على رأى يؤكد كل منهما الآخر ( بنعم  
أو لا أو لسة قانونية خارج الهدف ) يعتبر هذا الرأى نهائى ويؤخذ به •

ب ) اذا كان لاهدهما رأى ممدد والآخر أبدى امتناعه عن  
التصويت ، فى هذه الحالة يمكن للرئيس وحده أن يقرر الامر ويعتبر

صوته راجحا ، واذا امتنع الرئيس أيضا ، في هذه الحالة يتغلب رأى  
القاضي الذي كان رأيه محددا .

ج ) اذا كان رأى كل القاضيان مؤكدا ومدددا ولكن يغير كل منهما  
الآخر أو اذا امتنع لاثنان ، في هذه الحالة يقرر رئيس الحكام الامر  
بصفة نهائية ؛ أما اذا أمتنع هو أيضا : عندئذ تعتبر اللمة في حالة  
شك من صحتها .

د ) في حالة امتناع القاضيان عن التصويت، يمكن لرئيس الحكام —  
كقياس استثنائي — أن يسأل القاضيان الآخرين لمعرفة رأيهما في هذه  
اللمسة ؛ اذا اعتبر أنهما في مكان أفضل يتمكنان منه من الرؤية جيدا  
( مثال ذلك — رد في منطقة الظهر سجلت على اللاعب الذى قام بهجمة  
السهم وعبر مكان وقوف خصمه ) .

هـ ) لا تحتسب اللمة المشكوك فيها اطلاقا على المبارز الذى يمكن  
أن تحتسب عليه ؛ ولكن من النادية الاخرى يجب أن تلغى أى لمسة  
تصل بعدها أو في نفس الوقت في نفس الجملة ( حالة الهجوم في وقت  
واحد مثلا ) والتي يسجلها المبارز الذى استفاد من الشك .

وفي حالة تسجيل أى لمسة بعدها ، يكون قد سجلها المبارز الذى سجل  
أصلا اللمة المشكوك فيها ، يتبع في هذه الحالة ما يلى :

١ — اذا سجل اللاعب صاحب اللمة المشكوك فيها ؛ لمسة أخرى  
بحركة تكلمة أو تكرار دون تسجيل أى لمسات من خصمه ؛ يجب أن  
تحتسب هذه اللمة الجديدة .

٢ — اذا كان الشك يختص بالسطح الذى وصلت اليه اللمة ،

وذلك في حالة ما اذا قال أحد القاضيين ( نعم ) وقال الآخر ( نعم ولكن غير قانونية ) ؛ في هذه الحالة يمكن احتساب لمسات في هذه الجملة .

٣ — تنطبق هذه الحالة أيضا اذا سجل اللاعب لمسة مشكوكا فيها بين اللسة المشوك فيها واللمسة القانونية .

### ب ) التحكيم بجهاز التسجيل الكهربائى ومادية اللسات :

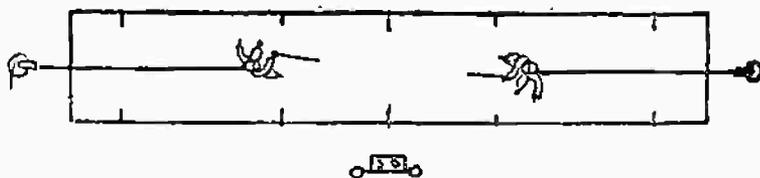
— يدير المنازلات بين اللاعبين ؛ الرئيس الذى يتحرك على طول ميدان اللعب بطريقة تمكنه من متابعة جمل المباراة ، بينما يكون متمكنا أيضا من رؤية ظهور علامات الضوء التى يوضحها الجهاز الكهربائى .

— اذا وجد قضاة ارض ؛ يجب أن يجلسوا على جانبى الحلبة من الناحية المقابلة للرئيس ويتابعوا كل حركات المباراة .

— يستشير الرئيس خبراء الاجهزة الكهربائية في كل وقت يعتبره ضروريا .

— تتقرر مادية اللسات تبعا للاشارات التى تصدر من الجهاز انكهربائى ؛ على أن يؤخذ عند الضرورة آراء قضاة الارض .

— علامة الجهاز الكهربائى فقط هى التى تؤخذ في الاعتبار أولا وأخيرا في تحكيم اللامة ؛ وعلى أية حال لا يمكن للرئيس اعلان لاعب بلمسة ضده ما لم يسجلها الجهاز كما يجب ، ما عدا اللسات التى تسجل عليه نتيجة لتوقيع قواعد الجزاءات ( مثال — اللسة التى تحتسب على اللاعب عند خروجه خارج الحد النهائى لميدان اللعب بعد انذاره عند خط التنبيه ، وغير ذلك من الجزاءات ) .



( شكل ٦١ ) التدعيم بالجهاز الكهربائي

– ومن الناحية الأخرى ، يمكن للرئيس في الحالات المحصاة الغاء اللمسة التي قد يسجلها الجهاز (مثل اللمسة التي تسجل قبل كلمة العب) أو بعد إيقاف المباراة من جانبه ، وغير ذلك من الحالات .

– يقرر قاضيا الأرض فقط – حيث يكون لكل منهما صوت واحد والرئيس صوت ونصف – عما إذا كانت اللمسة التي سجلها الجهاز على الأرض أم لا . فإذا تمكن الوصول الى قرار الاغلبية ( ثلاثة ممتعين – أو اختلف رأى قضاة الأرض وامتنع الرئيس ) تعتبر اللمسة في هذه الحالة مشكوكا فيها ، ولا يمكن بأى حال من الاحوال أن يؤخذ في الدسبان آراء الاشخاص الآخرين .

– يلغى الرئيس اللمسات التي يسجلها الجهاز في الاحوال الآتية :

- ١ – اللمسات المسجلة قبل كلمة ( العب ) أو بعد كلمة ( قف ) .
- ٢ – اللمسة التي تسجل على الأرض ( إذا لم يكن هناك حلبة مفدنية ) أو إذا كانت خارجها أو التي تسجل على أى غرض غير المباراة أو مهماته .

٣ - اللاعب الذى يعتمد تسجيل لسة يسجلها الجهاز ، بضغط ذبابة سيفه على أى سطح آخر غير خصمه ومهاته ، وفى هذه الحالة يعاقب باحتساب لسة ضده بعد انذاره مسبقا ، على أن يكون هذا الانذار كافيا وموجها أيضا لجميع لاعبي المجموعة المشتركة معه فى هذا الشوط أو المباراة ( مباريات الفرق ) أو آخر ١٥ منازلة عند اللعب بطريقة خروج المغلوب .

٤ - يجب الغاء اللسة التى حكم بها الرئيس مباشرة نتيجة للسة سجلها الجهاز مثل التى تسجل على الهدف القانونى ( اضاءة لمبة ملونة بالجهاز ) أو اذا قرر بعد اختبار يجرى للمهمات المستعملة تحت ملاحظته الشخصية يتضح منه عدم قانونية هذه المهمات أو بعضها وذلك بالنسبة لكلا اللاعبين .

يجب أن يتبع الرئيس القواعد التالية فى ادارته للمنازلات باستخدام الجهاز الكهربائى .

١ - اللسة الاخيرة فقط التى سجلت قبل تقرير الخطأ هى التى تلغى .

٢ - اللاعب الذى يدخل أى تعديلات أو تغير مهماته دون أن يطلب الرئيس منه ذلك أو قبل أن يعطى الرئيس قراره ، يخسر كل الاصق فى الغاء اللسة .

٣ - اذا استؤنفت المنازلة ثانية بطريقة فعالة ، لا يمكن للاعب المطالبة بالغاء اللسة التى حكمت ضده قبل استئناف المنازلة .

٤ - كسر نصل سلاح اللاعب الذى احتسبت ضده اللسة ، لا يمكن أن يبرر وحده الغاء تلك اللسة .

٥ - عندما تتسبب حادثة في استحالة اجراء اختبار تعتبر اللمسة المسجلة أثناءها مشكوكا فيها .

٦ - يجب أن يعيد الرئيس اللاعبين الى وضع التحفز ، اذا سجلت لمستان في وقت واحد في كل من جانبي الجهاز ، ولم يستطيع أن يقرر أسبئية احدهما بالتأكد .

٧ - تطبيقا للقواعد العامة ، يجب على الرئيس أن يوقف المنازلة حتى لو لم يسجل الجهاز أية لمسات ، في حالة ما اذا أصبحت المنازلة مرتبكة وأصبح هو غير قادر على تتبع حركات جملة المباراة بطريقة محددة .

### قانونية أو أسبئية اللمسات

أيا كانت الطريقة المستعملة في تحكيم المنازلات الخاصة بسلاح الشيش ، التي يصدر بها الرئيس قراراته عن مادية اللمسات ( اذا كانت تتم بمساعدتين من القضاة أو بالجهاز الكهربائى الخاص بالتحكيم ) فهو وحده ( أى الرئيس ) الذى يقرر قانونية اللمسات أو أسبئيتها بناء على القواعد التالية التى حددها القانون الدولى للسلاح والخاصة بالمبارزة بسلاح الشيش ، واعتبرت اصطلاحات سائدة خاصة به .

#### أ ) بالنسبة لجملة المبارزة

١ - يجب الدفاع ضد هجمة صحيحة تتم نحو اللاعب أو يتجنبها كلية ، على أن يؤدى ذلك خلال التوقيت الخاص بجملة المبارزة المستخدمة ، وللحكم على صحة الهجوم يجب أن توضع النقاط التالية فى الاعتبار :

أ ( إذا شرع اللاعب في الهجوم ، وكانت ذبابة الخصم وذراعه المسلحة في خط مستقيم مهددة الهدف ، يجب على المهاجم ازاحة نصل سلاح الخصم أولا على أن يوضع في الاعتبار أن مجرد اتصال النصلين لا يعتبر كافيا لازاحة نصل الخصم ؛ بل يجب أن يتغير وضع هذا النصل عن اتجاهه المستقيم فعلا وبوضوح تام بالنسبة للرئيس •

ب ( إذا بدأ بالهجوم ، ولم يكن نصل الخصم في خط مستقيم ، يمكن للاعب المهاجم في هذه الحالة القيام بالهجوم اما مباشرة أو بمغيرة واحدة أو بقاطعة أو بأى هجوم تسبقه تهويشة ناجدة ، تجبر الخصم على أداء دفاع لها •

ج ( إذا حدث عند البحث عن نصل الخصم لازاحته ، ولم يتمكن المهاجم من الحصول عليه ( بقيام الخصم بالهروب بنصل سلاحه ) تنتقل في هذه الحالة أسبقية الهجوم للخصم •

٢ — يعطى أداء الدفاع الناجح للاعب المدافع الحق في القيام بالرد البسيط الذى يمكن أن يؤدى بطريقة مباشرة أو غير مباشرة ، على أن يتم هذا الرد بدون توقف أو تردد بعد الدفاع مباشرة حتى تلغى أية حركة تالية للمهاجم •

٣ — إذا استطاع اللاعب الحصول على نصل سلاح الخصم أثناء قيامه بأحدى التهويشات في الهجوم المركب ، يصبح لهذا اللاعب الحق في القيام بالرد الناجح •

٤ — للاعب الحق في القيام بأداء طعنة الايقاف أثناء قيام خصمه بالهجوم المركب ، على شرط أن تسبق نهاية هذا الهجوم بتوقيت سلاح ،

بمعنى أن طعنة الايقاف هذه ، يجب أن تصل الى الهدف قبل أن يبدأ المهاجم في تنفيذ الحركة الاخيرة من الهجوم المركب .

## ب ) تحكيم اللمسات :

يجب على الرئيس القيام بتحكيم اللمسات ، باتباع القواعد الرئيسية الآتية المصطلح عليها في مبارزة سلاح الشيش :

١ - الهجوم البسيط المباشر أو غير المباشر بحركة سلاح واحد ذات توقيت سلاح واحد والمنتهى بلمسة صحيحة على الهدف ، لها الافضلية التامة في احتسابها على ما عداها من لمسات ، حتى لو استطاع اللاعب المنافس تسجيل لمسة صحيحة أو غير صحيحة على اللاعب المهاجم .

٢ - اللمسة التي تسجل أثناء المبارزة على أى جزء من أجزاء الجسم التي لا تدخل في نطاق مناطق الهدف المحددة قانونا ، تُلغى الغاء تاما ما يسجل بعدها من لمسات صحيحة أو غير صحيحة داخل نطاق الهدف أو خارجه . ( ما عدا الحالة السابقة ) .

٣ - المبارزان اللذان يستطيع كل منهما تسجيل لمسة على الآخر نتيجة لقيام كلاهما بأداء الهجوم في وقت واحد ، في هذه الحالة تُلغى اللمساتان حتى ولو كانت أحدهما خارج الهدف ، ذلك أن هذا الازدواج ، لا يحدث الا عند عدم وجود فترة توقيت سلاح بين اللمسات .

هذه القواعد ، يجب أن يتم تطبيقها بدرجة كاملة من خلال جملة

• سلاح من حيث الحركة السليمة والاتجاه الصحيح والتوقيت المناسب .  
ويتعدد ذلك من خلال الاحوال الآتية :

أ ( تحتسب اللمسة ضد اللاعب الذى هوجم في الحالات الآتية :

١ — اذا قام بأداء طعنة ايقاف على هجوم بسيط وقع عليه من  
الخصم .

اذا ما حاول تجنب اللمسة بدلا من قيامه بالدفاع ضد هجوم الخصم  
ولم ينجح في ذلك .

٣ — اذا حدث أن توقف لحظة بعد قيامه بدفاع ناجح ، تجعل  
للخصم الحق في معاودة الهجوم ( تكلمة ، استعادة ، تكرار الهجوم ) .

٤ — اذا ما أدى طعنة ايقاف على هجوم مركب في غير الوقت  
المناسب .

٥ — اذا وضع ذبابة سلاحه في خط مستقيم (الذراع مستقيم وممتد  
والذبابة تهدد الهدف ) وحدث أن قام اللاعب المهاجم بازاحة نصله  
بعيدا بضربة أو ضغطه وبالرغم من ذلك عاود وضع ذبافته في خط  
مستقيم مرة ثانية بدلا من القيام بالدفاع .

ب ( تحتسب اللمسة ضد اللاعب المهاجم في الحالات الآتية :

١ — اذا ما بدأ بالهجوم ، عندما كانت ذبابة خصمه في خط مستقيم  
( الذراع ممتدة والذبابة تهدد الهدف دون ازاحة نصل الخصم ) .

٢ — اذا حاول أن يجد نصل الخصم ولم ينجح واستمر في  
الهجوم .

٣ - إذا حاول أن يجد النصل أثناء قيامه بهجوم مركب عليه واستمر في هذا الهجوم بينما قام الخصم برد مباشر في اللحظة التي وجد فيها نصل سلاحه .

٤ - إذا ما تردد لحظة أثناء قيامه بهجوم مركب استطاع خلالها الخصم من أداء طعنة الايقاف بينما أكمل المهاجم رغم ذلك للهجوم الذي بدأه .

٥ - إذا سجلت ضده لمسة من طعنة ايقاف أثناء قيامه بهجوم مركب قبل أن يبدأ أداء الحركة الاخيرة من هذا الهجوم .

٦ - إذا قام بتكملة أو تكرار أو استعادة هجوم على رد بسيط مباشر من جانب الخصم بعد قيامه بدفاع ضد الهجوم الاول .

ج ) يجب أن يعيد الرئيس اللاعبين الى وضع التحفز اذا ما سجلت لمسة مزدوجة على كلاهما أو عندما لا يستطيع أن يقرر على وجه التحديد على أى من الجانبين يقع الخطأ . ( خطأ المهاجم يكون نتيجة التردد والبطء في تكملة التهويشات التي لا تؤثر تأثيراً كافياً ، وخطأ المدافع يقع في تأخير أو بطء أداء طعنة الايقاف ) وذلك في حالة اللمسة المزدوجة .

## الجزاءات

هناك قاعدتان أساسيتان من الجزاءات التي توقع على نوعين من الاخطاء ( اخطاء ترتكب أثناء المباراة وأخطاء تتعلق بالروح الرياضية ، اخطاء تتعلق بالمحافظة على النظام ، اخطاء متعلقة بقواعد القانون ) :

## القاعدة الاولى :

عقوبات توقع أثناء المنافسة على أخطاء ترتكب أثناء المباراة وهي :

- ١ - فقدان أرض على ميدان اللعب .
- ٢ - رفض احتساب لمسة سجلت فعلا .
- ٣ - احتساب لمسة لم تسجل فعلا .
- ٤ - الاستبعاد من المنافسة ( المبارز الذى يرتكب حركات عنيفة أو انتقامية ضد خصمه أثناء المباراة أو الذى يستفيد من اتفاق مزور مع خصمه ، أو عدم التواجد فى الوقت المحدد للمنازلة ، أو بتوبيخه لاحد الحكام أو عندما يستخدم أسلحة غير مطابقة للشروط ) .

## القاعدة الثانية :

جزاءات تأديبية توقع على أخطاء ضد النظام والسلوك هي :

- ١ - احتساب لمسة لم تسجل فعلا .
- ٢ - الاستبعاد من المنافسة .
- ٣ - الاستبعاد من الاشتراك فى المنافسة كلها .
- ٤ - الايقاف المؤقت ( لا يشترك اللاعب الموقوف فى أى بطولة أثناء مدة الايقاف كما يمنع من التدريب فى الوقت والمكان المحددين فى قرار الايقاف ) .
- ٥ - الايقاف الدائم ( ويتضمن نفس نتائج الايقاف المؤقت مع استمراره فى قرار الايقاف ) .

٦ - الاستبعاد من مكان المنافسة - يمكن طرد كل الحاضرين أو المشتركين في منافسة من غير اللاعبين ( ملاحظون ، مدربون ، مساعدون رسميون ، مشاهدون ) ومنعهم من التواجد في مكان المقابلة أو المنافسة.

### اعلان الجزاءات :

يتحتم على اللجنة المنظمة بدون أدنى تأخير ، على اعلان الاتحاد الاهلى الذى ينتمى اليه المخطئ بقراراتها وعلى الاخير تسجيل هذه الجزاءات وابلغ المكتب المركزى للاتحاد الدولى للسلاح فوراً ، الذى يسجلها بدوره ويعلنها فى الجريدة الرسمية للاتحاد الدولى .

أما الاخطاء التى ترتكب أثناء المباراة ، فهى اختصاص رئيس التفتيش الذى يعلن الجزاءات الخاصة بها فى حينها ( مثل احتساب لمسة ضد اللاعب واستبعاده من المنازلة بعد انذاره ، أو بمدة المنازلة وحالات تعمد اللاعب لاستخدام العنف والمبارزة الغير مشروعة واستخدام الذراع غير المسلح والتواطىء مع لخصم ) وذلك بعد انذار اللاعب المخطئ الذى يجب أن يعطى أثناء نفس المنازلة أو المباراة أو آخر ١٥ منازلة من خروج المغلوب .

سأكتفى عند هذا الحد فى ايضاح وتفسير بعض القواعد الهامة فى القانون الدولى للسلاح ، وعلى القارىء الاطلاع على نصوص مواد القانون وقواعد التنظيم والادارة الخاصة بالمقابلات الدولية المختلفة والمسابقات التى تجرى بشأنها فى الكتاب الخاص بالقانون لدولى للسلاح .

# الباب الحادى عشر

## سلاح سيف المبارزة

### الفصل الاول :

- أسلوب المبارزة بسلاح سيف المبارزة •
- طريقة حمل ومك سلاح المبارزة •
- وضع الاستعداد •
- مسافة المبارزة الخاصة بسلاح سيف المبارزة
- حركات القدمين •

### الفصل الثانى :

- - ما يختص بالدفاع فى سلاح سيف المبارزة •
- ما يختص بأساليب الرد •
- ما يختص بالهجوم فى سلاح سيف المبارزة •
- شرح مبسط لقواعد سلاح سيف المبارزة •



# الفصل الأول

## سلاح سيف المبارزة

أساوب المبارزة بهذا السلاح :

يمكن القول بحق أن هذا السلاح يعتبر السيف الذى تمارس به المبارزة الكاملة الى حد كبير حيث أن مجال حركته تتسع لتشمل كل الجسم كهدف يمكن اصابته ، ولذلك يطلق عليه دائما ويوصف بأنه سلاح المنازلة والمبارزة الكاملة التنافس . كما أن الاصابة تحتسب لصالح اللاعب الاسبق والاسرع دون ضرورة لتحديد من اللاعبين قام بالهجوم أولا ، وهذا يعنى ويبين بوضوح أن الهجوم والهجوم المضاد يقفان على قدم المساواة فى هذا النوع من المسلحة ولا يفضل أحدهما على الآخر فى تحديد صحة أو أحقية اللمسة بل اذا ما سجلت اللمستان من الهجوم والهجوم المضاد ، تحتسب كلا اللمستين لصالح كل لاعب منهما وضد الآخر ، طالما أنهما سجلتا فى وقت واحد وبفارق زمنى بينهما

أقل من — الى — من الثانية ( مادة ٣٣٠ ) . وتقام منازلات هذا

٢٥ ٢٠

السلاح باستخدام جهاز كهربائى تسجيلى ، يقوم بتسجيل اللمسات الصحيحة عن طريق اثارات ضوئية مرتبطة باشارات صوتية ، منذ عام ١٩٣٠ م وهو العام الذى بدأت فيه تجارب المبارزة بهذا الجهاز ، حتى تم اعتماده بصفة رسمية ونهائية فى عام ١٩٣٦ م . ومنذ ذلك

التاريخ » تحكم منافسات سيف المبارزة بجهاز تحكيم كهربائى بصفة اجبارية ، ( مادة ٣٢٣ ) • كما أن مادية اللمسة يجب أن يسجلها الجهاز ، ولا تحتسب أى لمسة لا يسجلها ( ما عدا الجزاء ) ( مادة ٣٢٣ ) •

ويتميز هذا السلاح عن السلاحين الآخرين ( الشيش والسيف ) بكبر حجم الواقى الخاص به وزيادة عمقه الداخلى ، مما يعطى حماية كبيرة الى حد ما لقبضة يد اللاعب المسك به ، ولذلك - فنيا - يجب أن يستغل هذا الحجم الاكبر والعمق الاكثر للواقى فى حماية قبضة اليد والذراع المسلحة الواقعة خلفها ، وذلك باتخاذ الاوضاع المناسبة والاتجاهات الخاصة بالنصل الاكثر ملاءمة لتدقيق هذا الغرض ، سواء كان ذلك فى حالة الدفاع أو فى حالة الهجوم ، حيث أن اللاعب يجب أن يضع اتجاه حركته الهجومية فى الوضع الذى يحمى قبضة يده وذراعه المسلحة من الهجوم المضاد للخصم •

### القبضة وطريقة حمل سلاح سيف المبارزة :

من المعروف أن توجيه الذبابة المضبوط نحو الهدف فى أى سلاح ناحية ضرورية ولازمة ، ولكن بالنسبة لسلاح سيف المبارزة ، نجد أن هذه القيمة أكثر ضرورة وأهمية ، ذلك أن اللمسات غالبا ما توجه أساسا الى الذراع المسلحة للخصم والتي لا تتنوى على مساحة كبيرة كهدف • وبناء على تلك الاهمية يجب الاهتمام بحمل السلاح بطريقة جيدة وصحيحة تمكنه من توجيه ذبابة سيفه بدقة أكثر تحقق له الضبط الحركى المطلوب لتسجيل اللمسة •

وإذا ما قررنا أن لاعب سيف المبارزة يجب أن يكون قادرا على أداء كل دركات السلاح بالطريقة السليمة وبالذقة المطلوبة سواء كانت دفاعية أو هجومية وإذا كان الأمر كذلك ، فإن القبضة الأفضل تصبح تلك التى تستخدم فى مك وحمل سلاح الشيش ( القلورية ) • حيث أنه فى تلك القبضة تعطى الفرصة لحمل السلاح براحة تامة على كف اليد المسلحة بمجهود قليل مما يشكل ميزة كبيرة للاعب وخاصة عندما يستخدم سلاحا ثقيلًا مثل سلاح سيف المبارزة الذى يصل وزنه الى ٧٧٠ جرام • ذلك أنه فى هذه الحالة نجد أن أصبع السبابة والابهام فى وضع حـر



( شكل ٦٢ ) قبضة سلاح سيف المبارزة

يمكن به أن تؤدى دورها القيادى فى الحركة فى اللحظة المناسبة ، والذآن يجب أن يضغط بهما على مقدمة المقبض الخشبى جيدا لمقاومة ثقل وزن السلاح عند أداء الحركة ، ولكن يجب أن تستمر الحركة — كما هو فى سلاح الشيش — بقوة معتدلة متوسطة لوضع الذبابة تجاه الهدف المطلوب • وعلى هذا يجب على المدرب أن يعطى الوقت الضرورى للاعب لتدريبه على كيفية وضع ذبابة السيف على مختلف أجزاء الهدف ، مؤكداً على أنه يستخدم أطراف أصابعه فى تحريك ذبابة سيفه ، وحيث نصل سلاح سيف المبارزة أقل مرونة ويتميز بالصلابة ، يجب على اللاعب أن يتعود على كيفية مقاومة هذا النصل الصلب • وعلى المدرب

أن يواجه اللاعب الى ضرورة مسك المشخص بقوة ضاغطة ولكن دون تصلب .  
 ذلك أنه اذا تواجد هذا التصلب في الذراع المسلحة نتيجة لتصلب القبضة،  
 توادت ونبعت حركات السلاح كلها من الكتف المرتبط بتلك الذراع  
 المسلحة المتحركة ، وهذا الخطأ يرجع الى عدم قدرته على وضع أطراف  
 أصابعه بموضع العمل بالكفاءة المطلوبة .

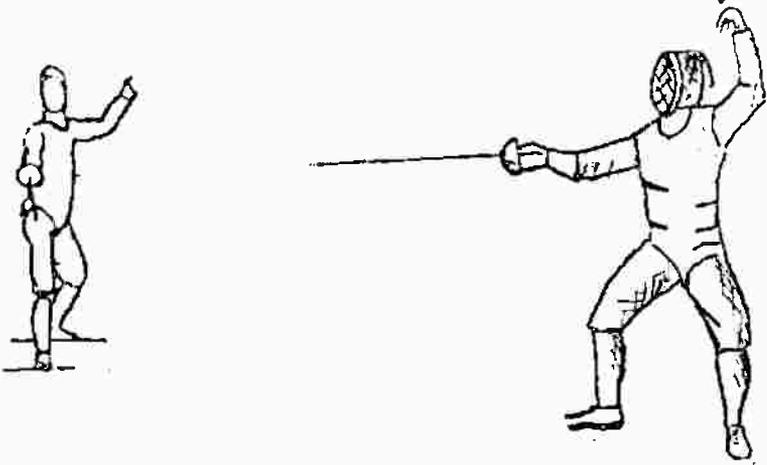
وهناك قبضة شائعة للقبض على مقبض سلاح سيف المبارزة –  
 غير تلك المستخدمة في هذا السلاح وسلاح الشيش – وهى التى  
 يوضع فيها أصبع السبابة ممتدا ( شكل ٦٣ ) على السطح الجانبي  
 الخارجى للمقبض بالنسبة لليد المسلحة . وهذه القبضة يستخدمها  
 اللاعب الذى غالبا ما يقف ممتدا بذراعه المسلحة كلها للامام محتفظا  
 بذبابة سيفه موجهة الى يد منافسه . وذلك بغرض وضع الذبابة في  
 خط مع اليد على أمل أن يصطدم بها الخصم اذا ما فكر في الدخول في  
 مسافة هجومية . أما نقطة الضعف في هذه الطريقة تتركز في أنه اذا ما  
 استطاع الخصم السيطرة على نصل السلاح بالمسكات النصلية ، يصبح  
 من الصعب العودة الى وضع دفاعى قوى .



( شكل ٦٣ ) قبضة أصبع السبابة الممتد

## وضع الاستعداد

ان وضع الاستعداد الخاص بسلاح سيف المبارزة لا يختلف كثيرا عن نظيره في سلاح الشيش ، غير أن المسافة بين القدمين التي تحدد قاعدة الارتكاز تقل قليلا كما أن مدى انثناء الركبتين يقل أيضا ويصبح أكثر سلامة حتى يمكن الاحتفاظ بالرجل الامامية والقدم بعيدا عن



( شكل ٦٥ )

وضع الاستعداد من الامام

( شكل ٦٤ )

وضع الاستعداد من الجانب

تناول أى هجوم مفاجيء • وعلى العموم فالقليل من لاعبي سلاح سيف المبارزة يعطون عناية كبيرة لهذا الامر ، اعتمادا منهم على أن الطعنات الموجهة الى القدم أو الرجل ، يمكن بسهولة مقابلتها بضربات أو طعنات الايقاف على الذراع أو الرأس ، حيث أن هذه اماكن فعلا تكون مكشوفة وليست لها حماية بالنسبة للاعب الذي يهاجم في الخط السفلى •

أما الاختلاف الواضح والاكبر والهام ( بالنسبة للوضع في سلاح الشيش ) فينحصر في أوضاع الذراع المسلحة ووضع اليد واتجاه النصل • ذلك أن الذراع المسلحة تتخذ وضعاً أكثر امتداداً عنها في سلاح الشيش •



(شكل ٦٦) وضع الذراع  
وانصل في سيف، المبارزة

وفي هذا الوضع يعطى السلاح الحد  
الاقصى من الحماية لتغطية كل من  
الجزء الامامى من الذراع والجزء  
العلوى له . ذلك أنه متى اتخذت  
الذراع المسلحة وضعها يصبح من  
العسير على المنافس رؤية أى شىء  
سوى السطح العلوى البعيد للذراع،  
وبمعنى آخر سوف تختفى كل من  
اليدين المسلحة والساعد ونصف السطح  
العلوى للذراع أمام نظر المنافس .

### غياب النصل :

غالبا ما يتعمد اللاعبون اتخاذ وضع الاستعداد مع غياب النصل :

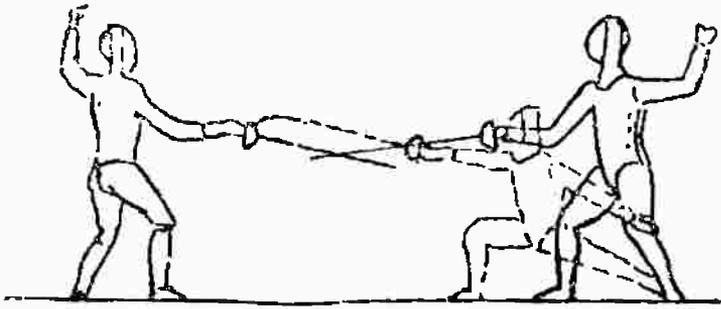


(شكل ٦٧) غياب النصل

أى تباعد نصلى السلاحين عن  
بعضهما البعض محتفظا كل منها  
بوضعه حتى يتاح لكل منهما فرصة  
اغلاق الخط الخارجى ( السادس )  
تماما لحماية الجزء الخارجى من  
الذراع المسلحة . وعند التعليم يجب  
أن ينصح المدرب باعطاء درسه فى  
حالة غياب النصل بقدر الامكان .  
فهذه الطريقة لن تشعر اللاعب  
بالخسران عندما يقاتل تحت أى  
ظرف .

## المقاس والمسافة في سلاح سيف المبارزة

نحن نعلم أن مسافة المبارزة عموما تقاس وتحدد بمساحة وكمية الهدف الذى يجب حمايته وبأجزاء الجسم المختلفة التى تقع فى متناول الخصم بشئ من السهولة . كما نعلم أيضا أن اليد فى سلاح سيف المبارزة تعتبر أقرب مكان من الهدف بالنسبة للخصم وفى دالة تهديد كامل منه ، وبناء على ذلك نستطيع القول بأنه اذا كان لاعبى سلاح الشيش يتعودون على قياس مسافة المبارزة الخاصة بهذا السلاح من الصدر الى الصدر ، فان لاعبى سلاح سيف المبارزة عليهم أن يأخذوا مقاس المسافة من اليد المسلحة الى اليد المسلحة المقابلة . حيث أن مسافة المبارزة فى سلاح سيف المبارزة أكثر طولاً عنها فى سلاح الشيش . لذلك يجب عدم السماح لذبابه سيف المنافس من أن تتقدم للإمام أكثر مما يجب بالنسبة لوضع الاستعداد الذى عليه اللاعب الذى هو فى



( شكل ٦٨ ) المقاس والمسافة فى سلاح سيف المبارزة

الحقيقة يعطى الحد الأدنى من الأمان . والواقع أن الأكثر أماناً هو ألا تسمح لذبابه الخصم من أن تتقدم أكثر من ١٥ سم من وضع الاستعداد الذى عليه قبضة اليد المسلحة .

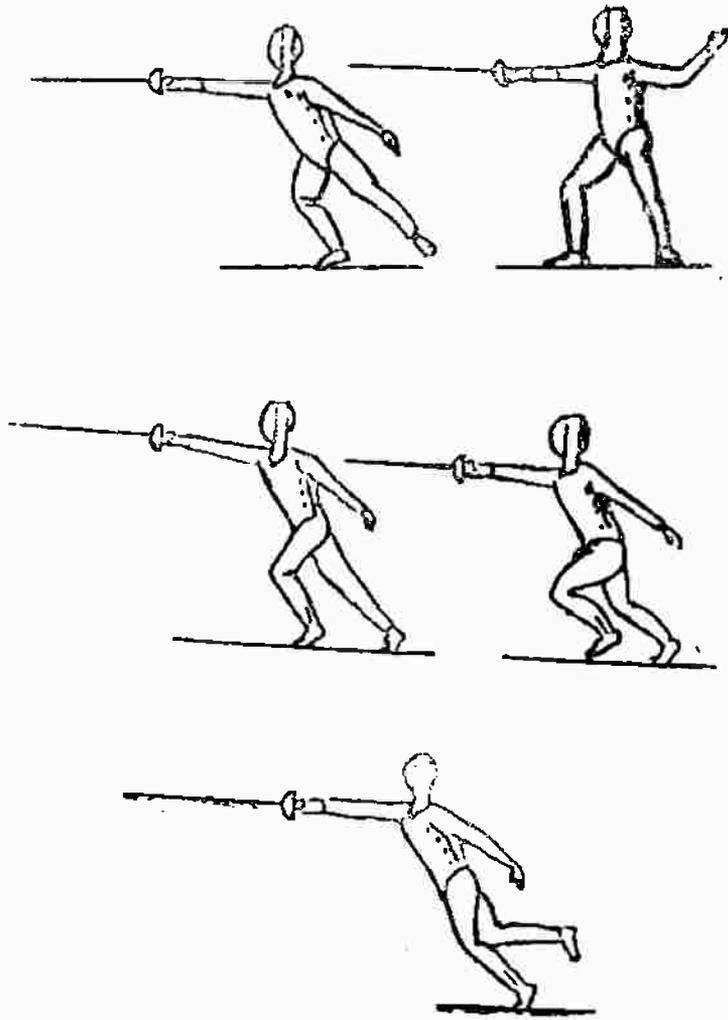
## حركة القدمين

ان حركة القدمين الواجب استخدامها في المبارزة بسلاح سيف المبارزة . بصفة عامة لا تختلف كثيرا عن مثيلاتها في سلاح الشيش ، سواء كانت هذه الحركة للامام أو للخلف ، أو للهجوم أو للدفاع ، الا في حدود صغيرة من الناحية الفنية ، تتلخص في ضرورة التحرك للامام بحذر ويقظة تامتين نظرا لوجود منطقة هدف متقدمة ( وهي اليد المسلحة والذراع ) ، وهذا يستدعى من اللاعب أداء حركة التقدم للامام في مسافة قصيرة وسريعة حفاظا على هذا الهدف المتقدم ، وعلى العكس من ذلك فيما يتعلق بحركة التقهقر للخلف ، اذ يجب أن تتم في مسافة طويلة نوعا ما حماية لمنطقة الهدف المتقدمة المذكورة من أن تصل اليها ذبابة سلاح الخصم . ويجب العلم بأن كلا هاتين الحركتين ( التقدم والتقهر ) يجب أن يتم أدائهما في مرونة وسهولة تحقق لهما الغرض المطلوب منهما .

أما بالنسبة لحركة الطعن ، فتتصدر نقطة الاختلاف ، في أنها لا تؤدي بالعمق والاستطالة التي تؤدي بها مثيلتها في سلاح الشيش ، وهذا يرجع في الأساس الى عدم الحاجة بالضرورة الى الوصول الى منطقة الهدف البعيدة الا في حالات قليلة . وذلك لا يعنى الاقلال من أهمية حركة الطعن كوسيلة هجوم ضد الخصم في هذا النوع من المبارزة باستخدام حركة الجسم الى جانب حركة السلاح ، فهي ما زالت هنا أيضا تشكل الطريقة الاسلم والاكثر أمانا في أداء الهجوم في اتجاه الخصم . كما أن ذلك يحقق حماية أكثر للاعب من هجمات الخصم المضادة نظرا لعدم الدخول أكثر من اللازم في مسافة هذا الخصم المؤثرة .

هذا الأسلوب السابق ( حركة الطعن ) في تحقيق الهجوم ليس وحده هو الأسلوب الاول والاخير . بل هناك أسلوب آخر يعتبر الأسلوب الثاني في تحقيق الهجوم بحركة القدمين : هذا الأسلوب هو ما يعرف بحركة السهم وترجع أهمية هذه الحركة الى المبارزة في أنها تسهل وتغطي صعوبة الوصول الى هدف الخصم الذي يحفظ دائما مسافته بعيدا عن تناول تأثير حركة الطعن ، الا أن عيب هذه الحركة ، يكمن في أنها اذا فشلت في تحقيق الغرض منها ، تترك المهاجم تحت رحمة منافسه ، وتمكنه من أداء الهجوم المضاد أو الرد ضده بنجاح ، نظرا لان فشلها هذا يتسبب عنه فقدان كامل للتوازن والسيطرة على حركة الجسم وعدم القدرة على استعادة هذا التوازن بسهولة أو تدارك سريع ، وبالرغم من هذا العيب الكبير ، في هذه الحركة ( وخاصة في سلاح المبارزة ) ، الا أنها تحقق نجاحا كبيرا وأهميتها تزداد عن ذي قبل ، بشرط أن يتوافر في آدائها شرطان الاول ضرورة توافر عنصر مفاجأة الخصم بها ، والثاني السرعة الفائقة في آدائها . ذلك أنه اذا توافر هذان الشرطان بالشكل المطلوب ترتفع نسبة نجاح هذه الحركة في تحقيق الغرض منها .

أما من ناحية اختبار اللاعب لاداء أي منهما فذلك يعتمد على الاوضاع والحالات المختلفة التي يواجهها المبارز في حالة المبارزة مع الخصم — والواقع أن الاساس الذي عليه يتم استخدام هذه أو تلك من جانب المهاجم ، ليس بأجزاء الهدف المقصودة فقط ، بل أيضا على المسافة التي يجب تغطيتها وتقديرها التقدير الحسن للوصول الى لمس الخصم .

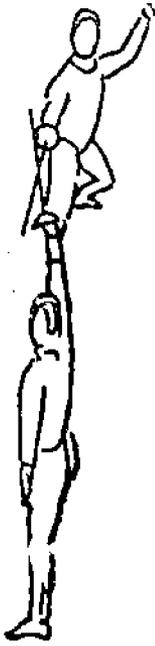


( شكل ٦٩ ) حركة السهم في سلاح سيف المبارزة

ومن المستحسن في هذا النوع من السلاح التدريب على هذين الاسلوبين في الهجوم من حيث الأداء الفنى حتى يكون هناك الضمان الكامل لنجاحهما اذا ما استخدمتا في الهجوم ، وخاصة وأن كلاهما يمكن استخدامهما بنجاح ضد منطقة الهدف المتقدمة أو مناطق الهدف على الجسم على حد سواء .

## الفصل الثاني

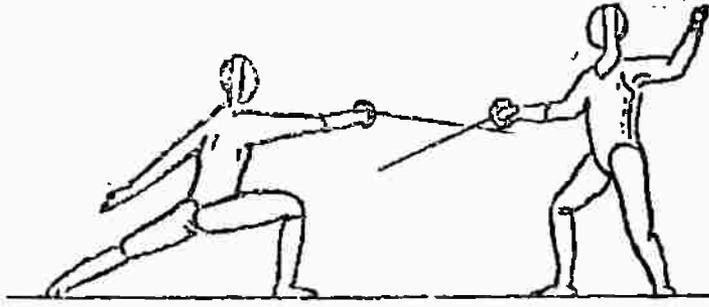
ما يتعلق بالدفاع في سلاح سيف المبارزة :



الواقع أن أسلوب الدفاع في هذا السلاح يتصف في الحقيقة بالبساطة ، فهو يتركز في خطين يعتبران الأساس الرئيسى له وهما الخط السادس والخط الثامن أو الثانى . ذلك أن الوضع الدفاعى الأكثر صحة يتركز في ابعاد الدركات الهجومية نحو الاتجاه الخارجى للذراع المسلحة للاعب المدافع ، وليس نحو الاتجاه الداخلى . أما الخطان الرابع والسابع فنادرا ما يستعملهما اللاعبون نظرا لانهما يكشفان المناطق العليا الخارجية لكثير من الضربات المضادة . وليس معنى ذلك أنهما لا

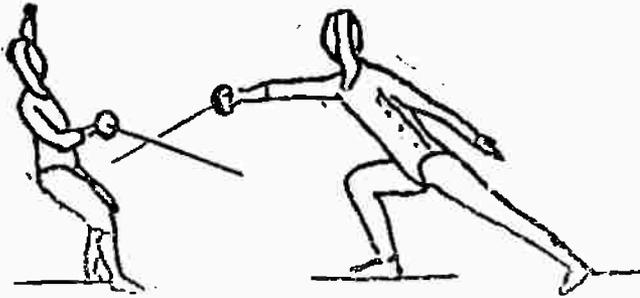
يستخدمان ، بل انهما تحت شروط معينة ، في الامكان اعتبارهما دفاعات

مؤثرة كما سنرى فيما بعد . غير أن الخط السادس والخط الثامن يعتبران القاعدة الأساسية في الدفاع في سلاح سيف المبارزة ،



( شكل ٧١ ) خط الدفاع الثامن

وطبيعى أن يضم لهما الدفاعات الدائرية الخاصة بكل خط منهما • ولكن على اللاعب بالنسبة لهذه النقطة أن يضع في اعتباره أنه بينما يركز مجهوداته نحو ابعاد حركات هجوم خصمه بالدفاع السادس والثامن ، يجب عليه أن يتجنب السقوط في هاوية تكرار خطوط دفاعاته بصفة روتينية ، حيث يجب عليه أن يحدد في سرعة الطريق الى الخط الدفاعى المناسب ويحوله الى صالحه • ومعنى ذلك أنه يجب على اللاعب بصفة عامة أن يعتمد أساسا في دفاعاته على الخطين السادس والثامن ، ومن أن لآخر يستخدم الدفاعات السابع والرابع في الاحوال الضرورية أو



( شكل ٧٢ ) خط الدفاع السابع

إذا وجد أن هذه الاوضاع الدفاعية هي المناسبة ، أو كنوع من التغيير في الخطوط الدفاعية التي تربك الخصم وتجعله لا يستطيع التنبؤ باتجاه الدفاع المقابل لمركنه الهجومية •

## ما ينطق بالرد واساليه :

ان الدفاع في الحقيقة هو الذى يفتح الطريق أمام الرد السريع ولذلك نجد أن معظم المدربين يعلمون دائما الدفاع والرد مع بعضهما البعض في ترابط تام بينهما مما يؤدي في النهاية الى أن يتخذ مظهر الهجمة الزمنية المضادة • ويجب ألا ننسى أن حجم واقى سيف المبارزة عامل هام له أهميته حيث أنه يساعد على أبعاد نصل سلاح المنافس بعيدا عن الهدف •

والرد الذى نتحدث بصدده يمكن أن يوجه الى أى مساحة من الهدف بناء على المسافة التى تفصل ما بين المنافسين ، ومهما كانت ذبابة المهاجم في الوضع الذى يهدد المدافع • كما أنه اذا ما تم الهجوم في اتجاه منطقة الهدف المتقدمة؛فاننا نجد أن اتجاه الرد أيضا يوجه نحو اليد أو الساعد وبالرغم من أن معظم الردات تؤدي بالربط المعابر ، فهناك حالات عندما يتترك نصل الرد نصل الهجوم يمكن القيام بالرد اما أسفل اليد أو في الخط المنخفض • وعند الرد في الخط المنخفض يجب على المدافع أن يتأكد من أن دفاعه قد تسبب في أبعاد خط الهجوم بعيدا عنه ، والا عند تركه لنصل المهاجم يجد نفسه مصابا بلمسة تكلمة الهجوم • وعند الرد أسفل اليد المسلحة فانه يمكن ادارة ذبابة اللمس دورة كاملة بحيث يصبح ظهر اليد متجها لاعلى • وهذه الدورة في الذبابة تؤثر على النصل الخاص بها وتوجهه الى أعلى مما يسمح لهذه الذبابة من أن تلمس وتصيب اليد أسفل سطح الواقى مباشرة •

## ما ينطق بالهجوم في سلاح سيف المبارزة

في الواقع عندما نقارن بين موضوعى الدفاع والهجوم في هذا

السلاح نجد أنه من الصعب الفصل بينهما عند المبارزة ، ذلك أن الخبرة العملية أثبتت تماما أن كلاهما مرتبط بالآخر للدرجة التي يمكن القول بأن كل منهما يؤثر ويتأثر بالآخر . فلتقد وجد أن أية خطة هجومية لا يمكن أن توضع موضع التنفيذ دون الاخذ بالاسلوب الدفاعي بغرض تعطية الهجوم أمام أية حركة مضادة من جانب الخصم ، حيث أن خلاف ذلك سوف يصبح مغامرة فائسلة أمام احتمالات سبل الدفاع التي يجب أن توضع في الاعتبار ضد حركة الهجوم ، وعلى ذلك يجب على اللاعب ألا يندعش عندما يجد أن هناك أمثلة للدفاع تعتبر في نفس الوقت أمثلة للهجوم .

ان حدود الهدف الغير محدودة في هذا السلاح والتي لا يمكن أن تغطي بالكامل أمام الحركات الهجومية بصفة عامة ، سوف تجعل لاعب سيف المبارزة مهاجما أكثر حذرا بمعنى أنه يجب أن يعد حركاته الهجومية بحذر وعناية تامتين ، واضعا نصب عينيه أن اختياره لحركة الهجوم المؤثرة تعتمد أساسا على ردود الفعل لدى الخصم وعاداته الحركية وحركاته المفضلة . ذلك أن لاعب سيف المبارزة هذا اذا ما قرر أداء حركة هجومه النهائية ، عليه أن يعلم أن نجاح حركته تعتمد على الترابط بين عدة عوامل يمكن أن تتلخص في :

- ١ — التقدير الحسن للتوقيت (الوقت الذي تتم فيه أداء الحركة) .
- ٢ — الضبط التام للمسافة ( مسافة المبارزة ) .
- ٣ — الاستخدام الصحيح والسليم لاساليب الخداع الحركية .

ولكن يجب العلم بأنه بالرغم من وضع كل من هذه العوامل الهامة موضع التنفيذ السليم فان الهجوم سوف يصيبه الفشل اذا ما فشل

اللاعب في اختيار الحركة النهائية السليمة المناسبة وآدائها بشكل غير سليم .

ومن ناحية أخرى يجب أن يتميز أسلوب الهجوم الزممع آداؤه بالسهولة والبساطة بقدر الامكان ذلك أنه من الخطورة بمكان أن يلجأ لآعب سيف المبارزة ويقحم نفسه في حركات هجومية مركبة ومعقدة تتيح الفرصة لخصمه بمهاجمته بخربات الايقاف المضادة . حيث أنه كلما كان الهجوم معقدا كلما كانت هناك الفرصة متاحة لحركات الهجوم المضادة . وهذا يؤيد ضرورة توافر عنصر البساطة في الهجوم مهما كان أسلوب الاعداد له .

### ما يتعلق بالهجوم المضاد

ان الهجوم المضاد في سلاح سيف المبارزة ، يعتبر من الموضوعات الهامة في هذا السلاح ، حيث أنه يأخذ نفس أهمية الهجوم البسيط ، ذلك أن طبيعة المبارزة بهذا السلاح يرتكر على حقيقة أن تلمس خصمك قبل أن يلمسك هو ، أو بمعنى آخر من يلمس خصمه أولا يعتبر الجدير باحتساب اللمة لصالحه دون أدنى اعتبار لمن قام بالهجوم المضاد في المبارزة بهذا النوع من السلاح ، الذي يتكون أساسا من نوعين رئيسيين هما :

ضربة أو طعنة الايقاف — الطعنة الزمنية .

#### ١ — ضربة الايقاف

أن هذه الضربة أو الطعنة كثيرا ما دار الحديث عنها منذ زمن بعيد على أنها احدى الضربات أو الطعنات الناجدة في المبارزة بسلاح سيف المبارزة

ذلك أنها عمليا ، تحمل صفتي الهجوم والدفاع في نفس الوقت ، فمن حيث الهجوم ، تعتبر حركة هجومية ضد الخصم تؤدي الى اصابته باللمسة المطلوب تسجيلها على أقرب مساحة من الهدف بالنسبة لذياة التسجيل . أما من حيث الدفاع فان هذه الطعنة تعمل على عرقلة وايقاف حركة هجوم الخصم قبل أن يستكملها ، ومن هنا تأخذ صفة الدفاع حيث أنها في هذه الحالة تعتبر في حكم الدركة التي منعت ذياة الخصم من أن تصل الى الهدف وأدت الى فشل هذا الهجوم ، ذلك أنه من المعروف أن الحركة التي تؤدي الى فشل هجوم الخصم هي الحركة الدفاعية فقط . ولهذا السبب تصبح هذه الطعنة خطرا على المهاجم في كثير من الاحيان حيث أنها تهاجم وتدافع في وقت واحد ، ذلك بالطبع اذا ما أديت في توقيت سليم مناسب وبالحركة المناسبة الدقيقة الأداء .

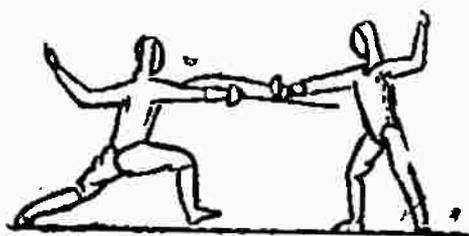
ومن ناحية أخرى ، نجد أن أهمية هذه الطعنة في سلاح سيف المبارزة تعود في الواقع الى اتساع منطقة هدف التسجيل التي تشمل الجسم كله وخاصة منطقة الذراع المسلحة التي تعتبر أقرب منطقة هدف بالنسبة للمنافس مما يجعلها دائما معرضة لخطر تسجيل الإصابة أو اللمسة عليها .

وهناك بعض مبارزى سلاح سيف المبارزة — بناء على تلك الأهمية لهذه الطعنة — يلجأ دائما الى استخدامها بسبب وبدون سبب غير أنه لا يستطيع أداء غيرها ، وهذا خطأ كبير يقع فيه اللاعب بالرغم من أنه في بعض الاحيان ينجح في تسجيل لمسة ما بطريق المصادفة ، الا أنها — اذا لم تكن متقنة بتوقيت سليم مضبوط — لا تنجح مع المنافس ذو الخبرة الكبيرة الذي يستطيع أن يحول هذه الطعنة لصالحه ويستفيد منها بحركة مضادة لها . ذلك أن طعنة الايقاف هذه في سلاح سيف

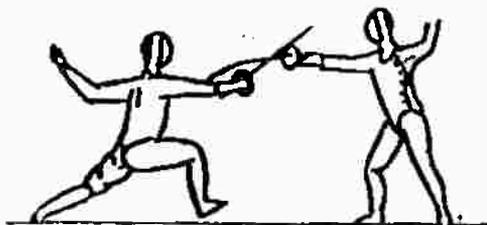
المبارزة لا تعتبر ضربة ممتازة ناجحة ، الا عندما تستخدم كنتيجة لقوة الملاحظة والرؤية الصائبة لمنطقة الهدف المكشوف وحركة سلاح الخصم المقابلة واتجاهاتها ، حيث أنه في هذه الحالة يكون قد تم التفكير فيها جيدا قبل آدائها ، مما يعطى الفرصة لنجاحها بدرجة كبيرة .

### الحالات التنفيذية لطعنة الايقاف :

كل طعنة ايقاف يجب أن يتم معها حركة تغطية تحمى المدافع من خط هجوم الخصم . بمعنى أنه بينما تمتد الذراع المسلحة موجهة ذبابة السيف نحو الهدف ، يجب وضع واقي السيف في مقابلة النصل المهاجم حتى يستبعده من الخط الذى تتم فيه طعنة الايقاف . والتي يطلق عليها طعنة ايقاف بالتضاد أو اغلاق الاتجاه ( شكل ٧٣ ) يبين طعنة الايقاف بالتضاد على أعلى الذراع مع اغلاق الاتجاه لاسفل . ( شكل ٧٤ ) يبين طعنة الايقاف بالتضاد في الخط السادس على منتصف الذراع .

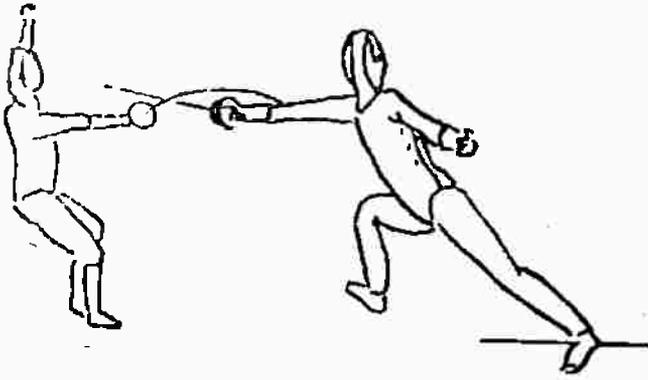


( شكل ٧٣ ) طعنة ايقاف بالتضاد على أعلى للذراع



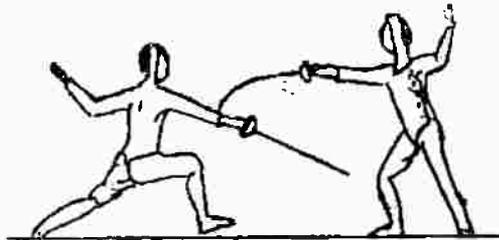
( شكل ٧٤ ) طعنة ايقاف بالتضاد في الخط السادس

وشكل (٧٥) يبين طعنة الايقاف بالتضاد في الخط الرابع على منتصف الذراع .

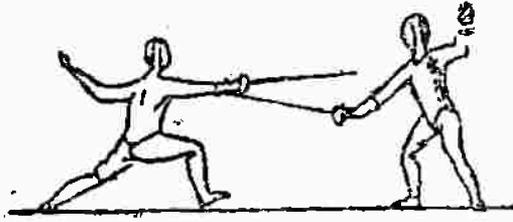


( شكل ٧٥ ) طعنة ايقاف بالتضاد في الخط الرابع

وهناك أحوال أخرى يمكن أن تؤدي فيها طعنة الايقاف دون أن يتعارض واقى السيف مع نصل سلاح اللاعب المهاجم بغرض اغلاق الاتجاه ، وذلك عندما لا يشكل نصل سيف المهاجم خطورة ما على اللاعب المدافع ، كأن يكون نصل المهاجم في اتجاه بعيد عن الهدف أو في حالة ما اذا كان خط الهجوم غير سليم والحركة غير محكمة وبطيئة . وفي هذه الحالة اما أن تتخذ طعنة الايقاف اتجاهها في اتجاه علوى . اذا ما كان نصل الخصم متجها لاسفل . ( شكل ٧٦ ) . أو تتخذ الطعنة اتجاهها لاسفل عندما يتجه نصل المهاجم في اتجاه علوى ( شكل ٧٧ ) .



( شكل ٧٦ ) طعنة ايقاف عليا أعلى الذراع



( شكل ٧٧ ) طعنة ايقاف سلفى أسفل اليد المسلحة

وفيما يتعلق بهذا الموضوع الذى يعتبر قاعدة أساسية فى الناحية الفنية الخاصة بسلاح سيف المبارزة ، يجب أن تعطى المرونة الكافية لرسغ اليد المسلحة حتى تستطيع اليد التدرك بسهولة فى أى اتجاه ، وهذا سوف يساعد المبارز على استخدام واقى سيفه بثقة تامة كدرع واقى سهل الحركة والذى من شأنه أن يعطى اللاعب الحد الاقصى للحماية ضد ضربات خصمه الموجهة لمناطق الهدف المتقدمة .

وأخيرا ، لكى يتم نجاح طعنات الايقاف عند استخدامها يجب أن يتوافر شرطان هما :

١ - ايقاف وتثبيت فاعلية حركة المهاجم قبل أن تتم أو وهى فى المراحل الاولى من الأداء .

٢ - اختيار التوقيت المناسب والمكان الاقرب على هدف الخصم لتسجيل اللمسة واذا لم يتم ايقاف حركة هجوم الخصم واختيار التوقيت المناسب ، ففى هذه الحالة ، يجب الابتعاد فورا والهروب بعيدا عن متناول ذبابة الخصم ، والا كانت هناك مخاطرة يترتب عليها اللمسة المزدوجة . أو الاصابة بلمسة منفردة من جانب اللاعب المهاجم .

## ٢ - الطعنة الزمنية :

من المعروف أن الطعنة الزمنية لها أوجه شبيهة كثيرة مع طعنة الايقاف .  
الا أن الطعنة الزمنية يسبقها حركة دفاع متقدمة مع السيطرة على نصل  
سلاح الخصم باحدى حركات الربط النصلية . وهي تحقق للطعنة  
الزمنية الغرض منها ، ويجب أن تتوافر في آدائها عدة شروط تضمن  
نجاحها وهي :

- ١ - الخط النهائى الذى يتخذه نصل اللاعب المهاجم ، يجب أن يحدد اتجاهه مسبقا وبطريقة جيدة .
- ٢ - التوقيت الخاص بها يجب أن يكون مناسباً وفى وقتها تماما .
- ٣ - تغطية عملية تنفيذها بدقة بواسطة الواقى والذراع المسلحة .

وإذا لم تتوافر احدى هذه الشروط فإن المبارز سوف يجد نفسه معرضاً للإصابة من خصمه . ولذلك يجب على اللاعب أن ينتبه ويأخذ حذره جيداً عند أداء هذا النوع من الهجوم المضاد ومن المستحسن أن يخطط لها جيداً من جانبه . وعند استخدام هذه الطعنة بغرض ايقاف الهجوم المقابل فى نفس الوقت الذى يتم فيه الدفاع السريع بذراع مسلحة متقدمة ، يظهر لنا أسلوب آخر لتطبيقها عملياً بواسطة الربط الصليبي أو المائل .

والثالث فى أداء الطعنة الزمنية عموماً يتم بالربط الصليبي فى الوضع الثامن الذى يوجه فيه نصل السلاح فى الخط السفلى ضد هجوم ينتهى فى الخط الرابع . أما عند مقابلة لاعب أعسر يتم أداء هذه

الطعنة بالربط الصليبي السادس أو في السابع • ويجب أن نتذكر جيدا أن كل طعنة زمنية تتطلب دقة في توجيه نصل وذباية السيف نحو الهدف وفي التوقيت المناسب المضبوط ، وأن يحدد أسلوب الأداء الصحيح للهجوم المزمع آداؤه •

ويجب أن نعلم أن حركات المبارزة بسلاح سيف المبارزة لا تتقف عند هذا الحد ، بل يمكن تطبيق واستخدام الحركات الأخرى المذكورة في سلاح الشيش مثل الهجمات البسيطة والمركبة وحركات تكملة الهجوم واستعادته وتكراره وهكذا ••• ، غير أنها تختلف عنه في أساليب تطبيقها من الناديتين التكتيكية والحركية التي تعتمد في أكثر الأحيان على التوقيت المضاد • ولقد أردت من خلال التفسيرات السابقة لنواحي الدفاع والهجوم أن أوضح فقط الكيفية الأساسية التي يتم بها ممارسة المبارزة بسلاح سيف المبارزة وبصفة عامة •

### أسلوب الرد في سلاح سيف المبارزة :

ان تعود اللاعب لاداء الرد بطريقة أوتوماتيكية ديناميكية في سلاح سيف المبارزة لهو من الامور الهامة التي يجب أن تتوافر لدى اللاعب ذلك أن الرد الأوتوماتيكي بلا شك ، يعطى ميزة تجنب أى رغبة من المنافس في أن يتبع هجومه الأول بحركة تكملة له أو استعادة للهجوم • وإذا لم يتم ذلك ، ففى أحسن الاحوال تصبح اللمسة مزدوجة ( ضد كلا اللاعبين ) • لذلك كان لزاما على اللاعب الذى يقوم بأداء الرد أن يؤديه دائما بالسيطرة على نصل سلاح المهاجم باحدى المسكات النصلية على أن تتصف الحركة بصفة عدم التردد والفورية دون تباطؤ •

ويقوم واتى سلاح سيف المبارزة ( المتصف بكبر الحجم ) بدور هام فى اخراج ذبابة سيف المهاجم خارج منطقة الهدف أثناء قيام اللاعب بالدفاع والرد باحدى المسكات النصلية المناسبة مثل الربط الصليبي والربط الدائرى ، كما يقوم أيضا باغلاق الوضع الذى يتم منه الرد جيدا وبذلك يعطى الحماية الكافية ويؤكددها بالنسبة للذراع وقبضه اليد المتقدمة .

مما سبق يتضح لنا أن المطلوب عند أداء الرد فى سلاح سيف المبارزة مراعاة ضرورة اخراج ذبابة السيف المهاجمة خارج منطقة الهدف التى يستهدفها هذا الهجوم حتى لا تسجل عليه لمسة ، والنقطة الثانية هى ضرورة قفل واغلاق اتجاه الوضع الدفاعى جيدا حتى لا يستطيع اللاعب المهاجم تسجيل لمسة فى نفس الوقت التى تتم فيه تسجيل لمسة حركة الرد ، فتصبح اللمسة مزدوجة . وحتى يمكن تحقيق الاغراض السابقة لضمان نجاح الرد وعدم فشله . هو أن يلجأ اللاعب الى استخدام المسكات النصلية فى أداء حركته الدفاعية على أن يراعى عدم ترك نصل سلاح الخصم أثناء قيامه بحركة الرد حتى يتم تسجيل اللمسة المطلوبة .

وحتى يستطيع المبارز أداء الرد بهذه الكيفية ، يجب أن يتفق توجيه ذبابة سيفه بدقة تامة نحو الهدف حتى لا تغلت منه الى الخارج ، وكذلك عليه أن يحسن اتخاذ أوضاع السلاح بالشكل السليم الذى يساعد على نجاح الدفاع ونجاح حركة الرد بالتالى .

ويجب على اللاعب أن يعلم أنه من الامور الغير مستحبة أداء حركة الرد دون سيطرة على نصل سلاح الخصم المهاجم حتى لا يكون هناك

فرصة للخصم من أن يقوم بأداء حركة مثل حركة تكملة الهجوم .  
ليسجل هو الآخر لمسة ، فتحسب كلتا اللمستان وتسجل في ورقة  
التسجيل لمسة مزدوجة . وهذا يؤدي في النهاية وغالبا الى هزيمة لكل  
منهما .

أما عن الرد المضاد ، يطبق منه أيضا ما سبق ذكره في الرد من  
ضرورة السيطرة على نصل سلاح الخصم عند القيام بهذه الحركة .

### بعض قواعد القانون الاساسية لسلاح سيف المبارزة

#### بالنسبة لميدان اللعب :

تقام منازلات سلاح سيف المبارزة على نفس ميدان اللعب في سلاح  
الشيث تحت نفس المواصفات ولا تختلف عنه الا في المسافة بين خط  
التنبيه وخط النهاية التي تبلغ في هذا السلاح ٢ م . ولا يعاقب اللاعب  
بقاعدة التنبيه عند هذا الخط الا بعد أن يعبر بكلتا قدميه خط النهاية  
أولا ، عندئذ يعاقب بهذه القاعدة ، فيقف أمام خط ال ٢ م ثم يستأنف  
اللعب تحت نفس القاعدة الخاصة بسلاح الشيث .

#### كيفية تسجيل اللمسات ونهاية الايقاف :

تسجل اللمسة في هذا السلاح بواسطة طرف السيف فقط الذي  
يحتوى على ذبابة الايقاف ( التسجيل ) طبقا للمواصفات الخاصة بذلك  
تحت المادة ( ٧٣٢ ، ٧٣٣ ) والقوانين المعدلة لها . وتتم اللمسة بضغط  
هذه الذبابة عموديا على الهدف بقوة ضغط تزيد على ٧٥٠ جم .

#### زمن المنازلة وعدد اللمسات :

الزمن المحدد للمنازلة الواحدة هو ٦ دقائق كاملة ملعوبة . أما عدد

اللمسات التي يجب أن يتم تسجيلها في المنازلة الواحدة ليتم للانتصار على الخصم فهي ٥ لمسات صحيحة ، ذلك في حالة اللعب بنظام الدوري والمجموعات ، أما في حالة خروج المغلوب ، فتحتسب النتيجة النهائية للاعب بعد أن يلعب مع خصمه منازلتين منفصلتين كل منهما من ٥ لمسات ينتصر فيهما ، وفي حالة تعادلها فتقام منازلة ثالثة تتحدد فيها النتيجة لصالح المنتصر منهما .

### كيفية احتساب اللمسات ومادية اللمسة :

يتم احتساب اللمسة الصحيحة بواسطة الجهاز الكهربائي عند ظهور الإشارة التي يعلنها ( عن طريق اضاءة اللمبات ) وهي التي تحدد مادية اللمسة فلا تحتسب الا اذا أعلنها الجهاز المستخدم دون غيره . الحالة التي تحتسب فيها اللمسة دون أن يعلنها هذا الجهاز هي ما يحتسب ضد اللاعب نتيجة لخطأ ما نص عليه القانون بذلك كعقاب له ( مادة ٢٢٣ ) .

وفي هذا السلاح تحتسب اللمسة المزدوجة التي تحدث من كل من

أ)      ب)

اللاعبين ضد الآخر في وقت واحد ( حد زمني ما بين — : — من

٣٥      ٣٠

التانية ) اذا ما أعلنها الجواز — لمسة صحيحة لصالح كل منهما وضد

كل منهما .

وفي دالة وصول كلا اللاعبين الى عدد متساو من اللمسات ٤ : ٤ ودون أن ينتهي الوقت المحدد للمنازلة ، تستمر المنازلة حتى يسجل أحدهما ضد الآخر لمسة مفردة فيصبح منتصرا ٥ : ٤ وتنتهي المنازلة. أما اذا ما سجلت لمستان في وقت واحد لتصبح النتيجة ٥ : ٥ عندئذ تستمر المنازلة . الى أن يحرز أحدهما لمسة ضد الآخر أو يحرز كليهما

لمسة مزدوجة • ففي الحالة الاولى تنتهي المنازلة لصالح اللاعب الذي سجل اللمة ، وتسجل النتيجة في ورقة التسجيل ( ٥/٥ انتصار ، ٥/٥ هزيمة ) • أما في الحالة الثانية فتلغى اللمسات المزدوجة اذا ما تكررت بصفة مستمرة حتى انتهاء الوقت المحدد ، فاذا ما انتهى هذا الوقت ولم يتقدم أحدهما على الآخر بلمة منفردة ، فتحتسب النتيجة هزيمة لكل منهما ( ٥/٥ هزيمة : ٥/٥ هزيمة ) •

بالنسبة لاسبقية وأفضلية اللمسات :

القاعدة الرئيسية والاساسية في هذا السلاح ( سيف المبارزة ) عند تحديد أفضلية وأسبقية اللمة ، هي أن تحتسب اللمة لصالح اللاعب الذي يستطيع أن يلمس خصمه أولا وقبل أن يلمسه هذا الخصم دون ضرورة للقيام بالدفاع أولا أمام الهجوم الواقع أو لاي اعتبار آخر ، ذلك أن العبرة هنا دائما بمن يلمس أولا وأولا فقط بغير حاجة ملحّة الى القيام بالتحليل الحركي ، وهناك عبارة تقال دائما من الناحية الفنية وهي ( المس دون أن تلمس أو أصب دون أن تصاب ) فهذا هو الشعار الاول في سلاح سيف المبارزة • وعلى اللاعب أن يضع هذا الامر أساسا في مبارزاته مع خصومه •

وهناك قواعد ومواد أخرى حددها القانون الدولي للسلاح بالنسبة لسلاح سيف المبارزة تطبق في المباريات الدولية وغير الدولية ، يمكن الاطلاع عليها في قواعد القانون الدولي للسلاح وهي تنحصر ما بين المادة ٣٠١ حتى المادة ٣٣١ ، ذلك غير المواد التي تم تعديلها مؤخرا •

1.  $\frac{1}{2} \times \frac{1}{2} = \frac{1}{4}$

2.  $\frac{1}{4} \times \frac{1}{4} = \frac{1}{16}$

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

11.

12.

13.

14.

15.

16.

17.

18.

19.

20.

21.

22.

23.

24.

25.

# الباب الثاني عشر

## سلاح السيف

### الفصل الاول :

- أسلوب المبارزة بهذا السيف
- طريقة مسك وحمل السلاح
- أوضاع المبارزة بسلاح السيف
- حركات القدمين
- المسافة والمقاس

### الفصل الثاني :

- أنواع الضربات وعلاقتها بالهجوم
- أسلوب الدفاع
- أسلوب الرد

## QUESTION

### Question 10/10

- 1. The following are the components of the cost of goods sold for a company:
- 2. Direct materials
- 3. Direct labor
- 4. Manufacturing overhead
- 5. Selling and administrative expenses
- 6. Freight-in
- 7. Freight-out

### Answer 10/10

- 1. Direct materials
- 2. Direct labor
- 3. Manufacturing overhead
- 4. Freight-in

# الفصل الأول

## سلاح السيف

### أسلوب المبارزة بهذا السلاح

تختلف المبارزة بهذا السيف عن مثلتها في سلاحى الشيش وسيف المبارزة اختلافا ليس باليسير من حيث النواحي والاضاع الحركية وأساليب تطبيقها ، فبينما نجد أوضاع واتجاهات نصل سلاحى الشيش وسيف المبارزة يتجهان للامام بذبابتهما حتى يكادان يوازيان سطح الارض ( كمقياس ) ، فاننا نجد أن نصل سلاح السيف يتخذ اتجاهه لاعلى تقريبا حتى يكاد يتعامد على سطح الارض مع اتجاه الذبابة لاعلى فى الوضعين الثالث والرابع ، أما فى الوضعين الثانى والاول فاننا نجد أن ذبابة النصل تأخذ اتجاهها لاسفل ، والنصل يأخذ اتجاهها مائلا بالنسبة لسطح الارض وبزاوية حادة معه ، بينما نجد أن الوضع الخامس — الذى يختص بالدفاع عن منطقة الرأس يأخذ نصل السلاح وضعاً اعلى الرأس مواز لسطح الارض فى اتجاه بعرض صدر اللاعب هذا بالنسبة لاوضاع السلاح التى تعتبر فى حد ذاتها الحركات الدفاعية . كما أن طريقة اللمس وتسجيل اللمسة فى هذا السلاح تختلف أيضا عن مثلتها فى السلاحين الآخرين ، حيث تتم بطريق القطع بالدد النصل من مختلف الجوانب جانبية وعليا وسفلى ، الذى يتخذ اتجاهه نحو الهدف من اعلى لاسفل — كما فى تسجيل اللمسة على الرأس — ومن جهة اليمين الى اليسار أو العكس — كما فى تسجيل

اللمسة على جانبي جذع الجسم — ومن أسفل الى أعلى ، كما في تسجيل  
اللمسة أسفل اليد المسلحة وأسفل ساعد الذراع المسلحة . وقبل أن  
نستكمل الحديث يجب ألا ننسى أنه يمكن — قانونا — تسجيل  
اللمسة بذبابة السلاح أيضا ، ولكن نادرا ما تستخدم هذه الطريقة في  
اللمس حيث أن اللمسات القاطعة هي الغالبة والشائعة الاستعمال ، نظرا  
لاستخدام الحد القاطع للنصل في اللمس وتوافق هذه الطريقة في اللمس  
حركيا طبيعة أوضاع السلاح المذكورة سابقا .

وبناء على اتجاهات أوضاع النصل في هذا السلاح وتباينها واختلافها  
عن الأوضاع الأخرى في سلاحى الشيش وسيف المبارزة ، وطريقة  
اللمس القاطعة بالحد النصلى — بناء على هذين الأمرين — تحددت  
أساليب المبارزة بهذا السلاح التى تختلف اختلافا بينا عن أساليب  
المبارزة في السلاحين الآخرين . علما بأن التحليل الحركى  
وأسبقيه اللمسات تدخلان كتقاعدة رئيسية في التحكيم لتحديد أحقية  
احتساب اللمسة لصالح أى اللاعبين أسوة بما هو متبع في سلاح  
الشيش من أولوية الهجوم المباشر في الاحتساب على ما عداه اذا ما تم  
بالصورة السليمة وبالسرعة المطلوبة ، تليه في المرتبة الثانية حركة الرد ،  
وبمعنى آخر تدخل جملة المبارزة بمقوماتها وتسلسلها الحركى كتقاعدة  
أساسية في تحكيم المبارزة بسلاح السيف .

### طريقة مسك وحمل السلاح

ان القبضة عبارة عن المسكة السليمة التى بها يمكن حمل السلاح  
وانتى يجب أن تكون عاملا أساسيا مساعدا في سهولة التحكم في السلاح  
ككل وفي حركة الاصابع والرسغ والذراع المسلحة .

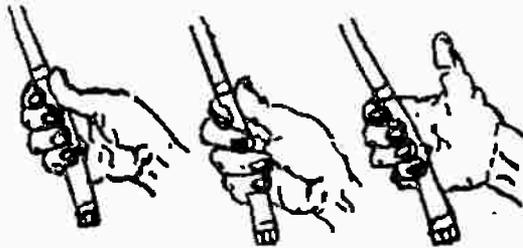
ويتم حمل ومسك مقبض سلاح السيف على الوجه التالي :

– توضع العقلة الثانية مع اصبع السبابة على السطح السفلي للمقبض الخشبي الخاص بسلاح السيف . أما العقلة الاولى لهذا الاصبع فتستند وتلتف ملائمة للسطح الداخلي للمقبض .



( شكل ٧٨ ) قبضة سلاح السيف

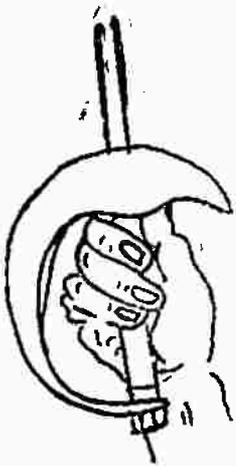
يوضع باطن اصبع الابهام ليستند ويلامس السطح العلوي للمقبض ليصبح متوازيًا مع العقلة الثانية لاصبع السبابة .



( شكل ٧٩ ) رسم يوضح أصابع اليد على المقبض

— تستند العقل الثانية للثلاثة أصابع متجاورة على السطح السفلى للمقبض أما العقل الاولى لهذه الاصابع فتلتف لتلامس السطح الداخلى للمقبض وهى متجاورة .

وأخيرا تختص بقية عقل الاصابع الاخيرة للمقبض لتثبته داخل المنطقة ما بين قاعدة الاصابع والجزء العلوى من راحة اليد . على أن تستقر مؤخرة المقبض جيدا ما بين قاعدة الاصبع الصغير الاخير (الخنصر) وبين أعلى راحد اليد من الجهة السفلى .



وهنا خطأ شائع يتركز في وضع مؤخرة المقبض الخشبي داخل تجويف راحة اليد عند التقاء الكف مع رسغ اليد . وذلك خطأ كبير يعوق حركة الرسغ وخاصة الدائرية منها عند أداء الحركات الخاصة بسلاح السيف التى تتميز بصفة الدوران بالنصل والذبابة بين حركة وأخرى ووضع وآخر .

(شكل ٨٠) خطأ شائع فى القبضة

ومن الواضح أن مقبض سلاح السيف له نقطة اتصال واحدة مع اصبع الابهام . وهذا الاتصال يتمثل فى باطن هذا الاصبع ، وأن التحكم فى السيف وأدائته تتركز فى الغالب للاصابع ما عدا اصبع السبابة . ذلك أن وضع الاصابع بهذا الترتيب نجد أن أصبعى السبابة والابهام تعطى الاحساس بالسيطرة والتحكم فى السيف أثناء حركته . والواقع أن القبضة والمسكة الصحيحة للمقبض



( شكل ٨١ ) رسم يوضح القبضة من عدة زوايا

تلعب دورا هاما في المبارزة بهذا السلاح حيث تساعد اللاعب بشكل جوهري في الوصول الى مستوى القمة كلاعب سيف ، ولذلك يجب الاهتمام باتخاذ القبضة السليمة من جانب اللاعب بتوجيه من المدرب والتأكيد عليها راعطائها العناية الكافية أثناء التدريب وأثناء اللعب ، اذا ما أراد اللاعب الوصول الى المستوى الافضل .

### أوضاع المبارزة بسلاح السيف

عند الحديث عن الموضوع الخاص بأوضاع المبارزة في سلاح السيف ، سوف لا نتعرض أو نناقش أمورا مثل الخطوط والالتحام وغياب النصل حيث أن هذه الامور ليست جديدة بل معروفة لدى اللاعب أو الدارس . ولكن سوف نتعرض بالشرح الى الاوضاع الخاصة بالجسم والذراع والسلاح التي هي في الحقيقة ذات طابع مميز في هذا السلاح الذي يطلق عليه « سلاح السيف » .

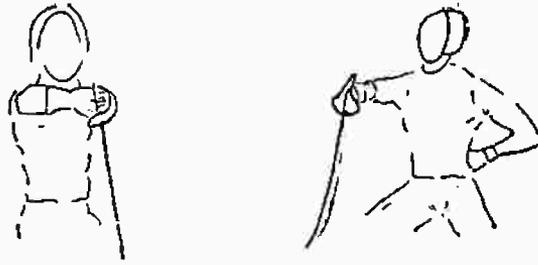
ومن المعروف وبعد دراستنا السابقة في الاسلحة الاخرى — أن الاوضاع الخاصة بالمبارزة تتحدد بمساحات الهدف الذي يجب على اللاعب أن يدميها من أن تصاب باللمسات ، وبالاسلوب الذي تتم به الهجمات ضده . والى مدى معين عليه أن يعمل على تغطية الهجمات

التي سوف يبدأها بنفسه من تلك الأوضاع وألا يتخذ تلك الأوضاع التي من شأنها أن تجعل نهاية الهجوم صعب النجاح .

ونحن نعلم - مما سبق تفسيره - أن مناطق الهدف في سلاح السيف أكبر مما هي في سلاح الشيش ، حيث تشمل الرأس والذراعين وتمتد لاسفل لتشمل استدارة الصدر والظهر حتى الخط الدائري الذي يلتف حول خصر اللاعب عندما يتخذ وضع الاستعداد . أما من ناحية تنفيذ الهجوم فهو يوجه بالطنم بذبابة السيف ، أو بالقطع في اتجاه سفلى وعلوى وجانبي ، وعلى ذلك فإن أوضاع المبارزة يجب أن تتوافق وتتماشى مع هذه الامور المختلفة على أساس أنها تشكل القاعدة الرئيسية لأوضاع الدفاع .

وفي سلاح السيف ، هناك ستة أوضاع تشكل أوضاع المبارزة بهذا السلاح وهي : الوضع الاول ، والثاني ، والثالث ، والخامس ، والرابع والثالث المنخفض . وهذه الأوضاع تحقق اخراج وابعاد كل الهجمات المختلفة للحد القاطع وطعنات الذبابة ( طرف النصل ) ولذلك يجب على اللاعب أن يدرسها جيدا ويتدرب عليها كثيرا حتى يسهل عليه أن ينتقل من وضع الى وضع آخر ببسر وسرعة ، وأن يتفهمها جيدا ذهنيا .

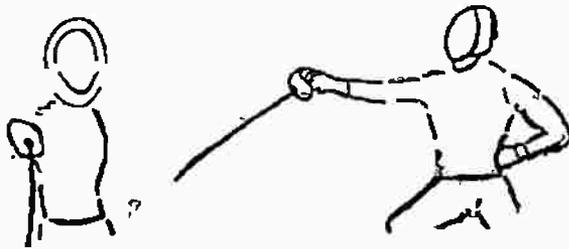
وبعض هذه الأوضاع تتميز بقبضة اليد الملتفة لاسفل ، وهذه الأوضاع هي : الاول والثاني والثالث والخامس . ( كما هو مبين بالرسم الايضاحية ) . أما الوضعان الآخريان وهما : الرابع والثالث المنخفض ، فهما في الحقيقة ليسا في الوضع الذي يتميز باللف الموضعي لقبضة اليد التي تتشابه مع مئيلتها في سلاح الشيش ، ولكن تتميز بوضع أصابع الابهام في اتجاه لاعلى ، وللتبسيط توصف تجاوزا بأنها في حالة التفاف نصفى ( كما هو مبين في الرسم الايضاحية ) .



( شكل ٨٢ ) الوضع الاول

### الوضع الاول :

ويلاحظ في هذا الوضع أن قبضة اليد تلتف التفلًا يكاد يكون كاملاً لاسفل مع اتجاه النصل والذبابة كذلك في اتجاه لاسفل • ويختص هذا الوضع بالدفاع عن منطقة الصدر الخلفية أسفل الذراع الحرة وحمائتها من الهجمات القاطعة الجانبية والطعنات بالذبابة • كما يلاحظ اتجاه واقي السيف الطولى جهة اليسار بالنسبة للاعب اليمين •

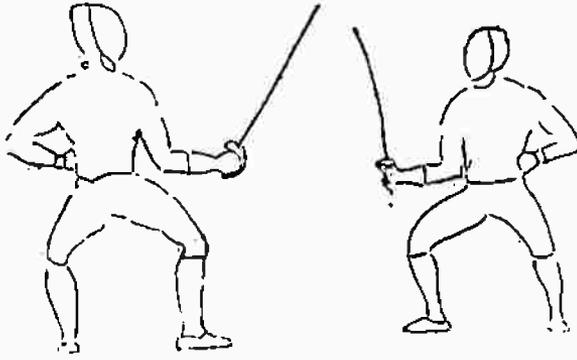


( شكل ٨٣ ) الوضع الثانى

### الوضع الثانى :

ويلاحظ أيضاً في هذا الوضع لف قبضة اليد لاسفل بشكل يكاد يكون كامل مع اتجاه النصل والذبابة في اتجاه لاسفل وللامام • ويختص

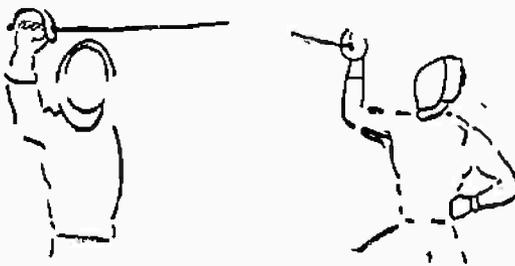
هذا الوضع بالدفاع عن منطقة الصدر السفلى الجانبية الامامية أسفل الذراع المسلحة وحمائتها من الهجمات القاطعة الجانبية والطعنات بالذباية • كما يلاحظ اتجاه واقى السيف الطولى لاعلى •



( شكل ٨٤ ) الوضع الثالث

### الوضع الثالث :

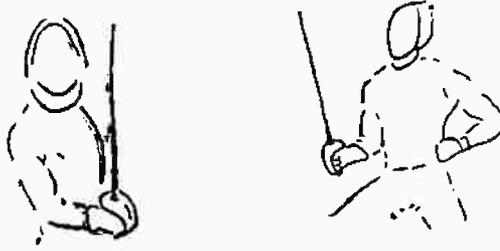
من الملاحظ أيضا في هذا الوضع التفاف قبضة اليد المسلحة لاسفل بشكل يكاد يكون كاملا ، مع اتجاه نصل السلاح وذبابته لاعلى مع الميل قليلا للامام ويختص هذا الوضع بالدفاع عن منطقة الذراع المسلحة من استدارة الكتف حتى قبضة اليد الخارجية • ويلاحظ اتجاه واقى السيف الطولى في اتجاه للخارج والى اليمين ( لاعب أيمن ) •



( شكل ٨٥ ) الوضع الخامس

## الوضع الرابع :

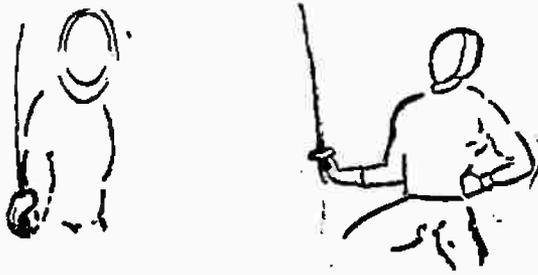
ويلاحظ في هذا الوضع أيضا لف قبضة اليد لاسفل واتجاه واقى  
السيف الطولى لاعلى واتجاه نصله بشكل مستعرض بعرض الجسم  
يكاد يكون موازيا للارض على أن تقع قبضة اليد أعلى مفصل الكتف  
الخاص بالذراع المسلحة ، ويختص هذا الوضع بالدفاع عن منطقة  
الرأس •



( شكل ٨٦ ) الوضع الرابع

## الوضع الخامس :

يلاحظ في هذا الوضع لف قبضة اليد المسلحة نصف لفة ( تجاوزا )  
للداخل ( للييسار ) بالنسبة للاعب الايمن على أن يتجه اصبع الابهام  
في اتجاه لاعلى • كما يتجه نصل السيف والذباية الى أعلى ، أيضا ،  
ويتخذ واقى السيف الطولى اتجاهه نحو الداخل ( اليسار ) بالنسبة  
للاعب الايمن • يختص هذا الوضع بالدفاع عن منطقة الصدر الخلفية  
أسفل الذراع الحرة •



( شكل ٨٧ ) الوضع الثالث المتخفص

## الموضع الثالث المنخفض :

في هذا الموضع تأخذ قبضة اليد نصف لفة ( تجاوزا ) بميل للخارج جهة اليمين ولأسفل ( لاعب أيمن ) على أن يتجه اصبع الابهام في اتجاه لاعلى ، كما يتجه نصل السيف وذبابته لاعلى أيضا • ويتخذ واقى السيف الطولى اتجاه لاسفل وبميل طفيف للخارج • ويختص هذا الموضع بالدفاع عن منطقة الصدر الطولية بما فيها طول الذراع المسلحة من الناحية اليمنى الخارجية وخاصة السفلى منها •

ويعتبر الموضعان الثانى والثالث أفضل الاوضاع التى منها عادة يبدأ اللاعب أداء حركاته الهجومية حيث أن فيهما تأخذ الذراع المسلحة واليد والسيف وضعا متقدما وأقرب الى مناطق الهدف لدى الخصم ، كما أنهما فى الحقيقة تتناسب مع الاوضاع الدفاعية والهجومية على حد سواء بالنسبة للاعب ، بينما الاوضاع الاخرى تناسب الاوضاع الدفاعية فقط ضد هجمات الخصم •

## حركات القدمين

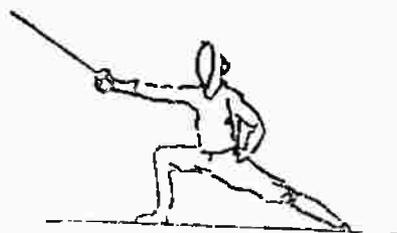
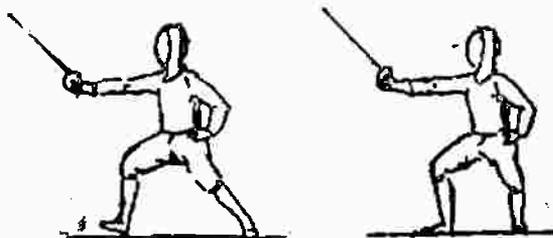
الواقع أنه لا توجد فوارق كبيرة بين حركات القدمين ووضع الجسم فى سلاح السيف عن مثيلاتها فى سلاح الشيش الا فيما تدتمه طبيعة أوضاع هذا السلاح ( السيف ) وطبيعة المبارزة به وكيفية مواجهة الخصم • ومن المعروف أن حركات القدمين عبارة عن التحرك للامام وللخلف وحركة السهم والطنن للامام وما الى ذلك • أما وضع الجسم الذى يتخذ وضع المواجهة الجانبية والذى يطلق عليه وضع الاستعداد أو التحفز فلا يختلف عن مثيله فى سلاح الشيش ، الا فى وضع الذراع المسلحة التى تحكمها أوضاع السلاح ذاتها ، وكذلك الذراع الحرة التى

تنخفض لأسفل لتستند خلف الظهر أعلى منطقة الحوض من الخلف ، والسبب في اتخاذها هذا الوضع هو حمايتها من الضربات القاطعة التي تشكل الجزء الأكبر من أسلوب تسجيل اللمسات في هذا السلاح ، وغير ذلك من حركات القدمين فلا يختلف كثيرا عما هو متبع ومعروف .

ولن نتعرض هنا بالبحث عن كيفية أداء حركة التقدم للإمام والتقهقر للخلف حيث أنهما لا يختلفان عن مثيلاتها في الأسلحة الأخرى ، أما بالنسبة لحركة الطعن وحركة السهم ، فسوف نتعرض لهما بالتفصيل ، ذلك أن لهما طابعهما الخاص في هذا السلاح .

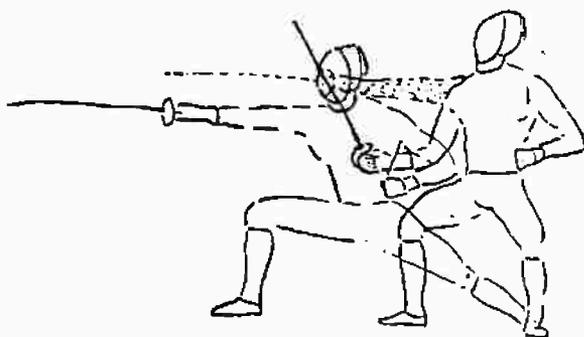
### حركة الطعن

ان حركة الطعن في سلاح السيف تختلف قليلا عن مثيلتها في سلاح الشيش ، والغرض منها ، كذلك ، هو تنفيذ الهجوم ضد المنافس ، ومرة أخرى ، سوف نجد أن اتساع مساحة الهدف له تأثير على أسلوب تنفيذها حيث أن أكثر المناطق ضعفا بالنسبة للرد بعد الدفاع هي ولا شك منطقة الرأس ، ذلك أنه بعد التجربة وجد أن الدفاع الخامس ضد الرد دائما صعب التنفيذ أنوماتيكيا ، ويصبح أكثر صعوبة اذا ما قام اللاعب بحركة الطعن مع ميل الجذع أماما على القدم الامامية . ولذلك يجب على اللاعب أن يؤدي الحركة الانبساطية ( الطعن ) مع الاحتفاظ بمنطقة الجذع ثابتة بقدر الامكان ، وحتى يتم ذلك يجب أن تعتمد مسافة الطعن بدرجة كبيرة على مرونة وليونة وحيوية الرجلين عند التنفيذ ، والتي تحتاج الى تدكم كامل في المسافة كي تؤدي الهجمات بنجاح . ويبين الرسم التوضيحي التالي مراحل أداء حركة الطعن كوضع الجذع الثابت أثناء أدائها . ومن ناحية أخرى فان ميكانيكية هذه الحركة بصفة عامة لا تختلف عنها في سلاح الشيش .

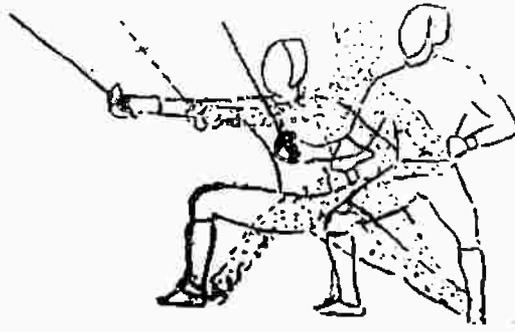


( شكل ٨٨ ) مراحل حركة الطعن

أما العودة الى وضع الاستعداد بعد أداء حركة الطعن ، يجب أن يتخذ أسلوب أدائها كنتيجة مباشرة لحركة الطعن ، وأن الاثنين يجب أن يؤديا تبادليا ( الطعن والعودة ) في حركة واحدة مرنة ، حيث أن ذلك يحقق التغطية السريعة بعد الهجوم كضرورة . اذا ما أراد اللاعب أن يقلل من درجة اصابته بلمسة من خصمه ، وخاصة منطقة الهدف على الرأس التي يجب عليه حمايتها .



( شكل ٨٩ ) الطعن أماما بطرف السيف



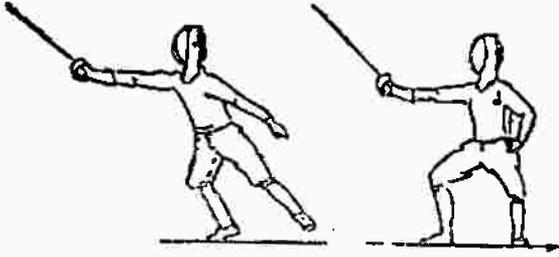
(شكل ٩٠) العودة الى وضع التدفدز

### حركة السهم :

تعتبر حركة السهم ، حركة مناظرة لحركة الطعن كأسلوب للوصول الى مناطق هدف المنافس ، وهى تشبه فى أسلوب تنفيذها نظيرتها فى سلاح الشيش . وهذه الطريقة غالبا وفى أحيان كثيرة ، ما تستخدم ضد المنافس أكثر من استخدام حركة الطعن ، ولكى نفهم السبب فى ذلك ، يجب أن نتذكر أن المسافة الخاصة بسلاح السيف ( وسوف يجىء تفسيرها بعد ) أكثر طولاً عما هى فى سلاح الشيش ، وأن حركة الطعن فى هذه الحالة إن يكون طولها قادراً على مساعدة اللاعب فى الوصول الى جسم المنافس ، ما لم يرتب هذا المنافس خطأ الاقتراب من اللاعب المهاجم ، أو انجذب الى المسافة المناسبة لحركة الطعن اليها دون حذر . وعلى هذا ، فإن معظم الهجمات الموجهة لجسم المنافس يلزم تأديتها بواسطة حركة السهم ، على أن تبدأ من المسافة المناسبة الخاصة بسلاح السيف .

ولكن يكون لحركة السهم مؤثراتها ونتائجها المرجوة ، يجب أن تعتمد وعلى درجة كبيرة على التوقيت السليم والتنفيذ فى الوقت

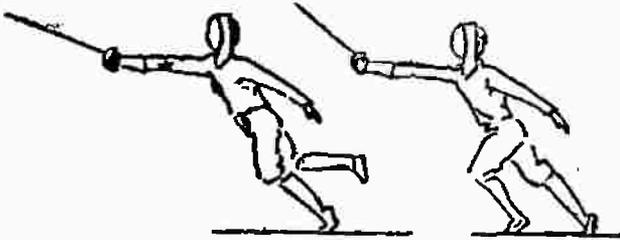
المناسب ، وعليه أن يأخذ الحذر الكامل في آدائها بدقة تامة ، في مرونة وسهولة • ومن المستحسن استخدام حركة هجوم بسيطة غير مركبة عند الهجوم على الخصم بحركة السهم حيث أن ذلك يجعلها أكثر تأثيرا ونجاحا وخاصة عندما توجه نحو الرأس •



(٢)

(١)

الذراع المسلحة فقدان التوازن



(٤)

(٣)

نقل القدم الخلفية أمام لتلامس الأرض مع وصول اللمسة على الهدف  
نقل القدم الامامية أمام لتلامس الأرض مع وصول اللمسة على الهدف  
الحركة بالجري وعبور مكان المنافس

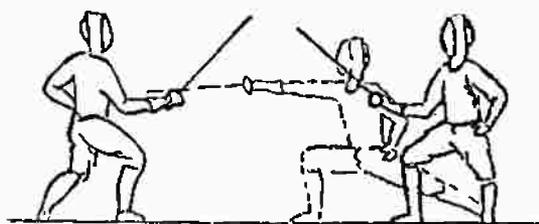
(شكل ٩١) مراحل حركة السهم

وعلى العموم سواء استخدم اللاعب حركة هجوم بسيطة أو مركبة، يجب أن تصل اللمسة على الهدف في الوقت الذي تلمس فيه القدم الخلفية الارض ، يلي ذلك استكمال الحركة بخطوات جري قصيرة والتي تنتهى بها حركة السهم حيث أن ذلك ضرورة لان يستعيد اللاعب توازنه الذى فقده عند بداية آدائها .

وأخيرا على اللاعب ألا يعتقد أن حركة السهم من الناحية الفسيولوجية الوظيفية — أمرا سهلا بالنسبة لتوجيه الهجوم ، حيث أن المسافة التي يجب تغطيتها أكبر من مثلتها عند أداء حركة الطعن ، وتتطلب من المنفذ لها الليونة والمرونة في تنفيذها ، وتقدير حسن للمقاس والمسافة ، والتوقيت السليم علاوة على ضرورة التدريب بكثرة عليها .

### المسافة والمقاس في سلاح السيف :

تتعدد المسافة والمقاس في سلاح السيف بين لاعبين اثنين بوضع الجسم والرأس بعيد عن تناول أو تأثير حركة الطعن الكاملة من الخصم ، أو بمعنى آخر ، هو أن الجسم والرأس يتخذان بعدا ووضعا لا يستطيع الخصم تسجيل اللمسة عليها عندما يؤدي حركة الطعن بالكامل ويوضح ( شكل ٩٢ ) أبعاد تلك المسافة بين لاعبين أثناء تلك المبارزة .



( شكل ٩٢ ) مسافة في سلاح السيف

ان هؤلاء الذين درسوا سلاح الشيش ، سوف يلاحظون في الحال الاختلاف بين المسافة الخاصة بسلاح الشيش • وينحصر هذا الخلاف في أن الذراع المسلحة في سلاح السيف تدخل ضمن نطاق مناطق الهدف التي يسمح القانون بتسجيل اللمسات عليها ، وعلى هذا فمن الضروري أن نذكر كحقيقة عملية وهي أن المسافة الخاصة بسلاح السيف كانت كمثيلتها في سلاح الشيش ( والتي توصف بأنها عبارة عن المسافة بين جذعي كل من اللاعبين أو من الصدر الى الصدر ) فاننا سوف نجد أن الذراع المسلحة سوف تصبح تحت سيطرة وفي متناول يد المنافس مما يجعله يستطيع تسجيل اللمسات عليها دون أن يستخدم حركة الطعن • ولذلك يجب على اللاعب ( لاعب السيف ) أن يفكر في منطقة ذراعه المسلحة على أساس أنها منطقة هدف متقدمة ، عليه أن يحميها جيدا بقدر الامكان بتحكمه في مسافته المتعلقة بهذه الذراع • وهناك طرق للحصول على تلك المسافة بالنسبة لرؤية اللاعب ، ذلك أن بعض اللاعبين يتحكمون فيها بالنظر الى صدر خصمهم ، وتحديد مسافتهم باستطاعتهم رؤيته من الرأس الى القدم عندما يركزون نظرهم على هذا الجزء من الجسم ( الصدر ) • وهذا الاسلوب له عيب يجعل اللاعب يركز على جزء واحد فقط من أجزاء الهدف على الخصم ، عندما يرى جسمه ككل • ومن الاسلم تنمية الاحساس الفطري بالمسافة لدى اللاعب ، ولتحقيق ذلك ، يحسن أثناء المراحل الاولى لتدريب اللاعب تعويده على تقديرها بواسطة حركة الطعن لمعرفة عما اذا كان ذلك في الاستطاعة الوصول الى منطقة لذراع هذا الخصم المسلحة أم لا •

وكون المسافة على هذا الطول ، وحقيقة وضع البارز بعيدا من أن يصل اليه السلاح بسهولة ، ترتب على ذلك استناد تكتيك سلاح السيف

على تحكّم أو عدم تحكّم اللاعب المنافس في حكم اتساع مسافته • وعلى ذلك عليه في حركته ضد منافسه لمحاولة الوصول الى الهدف ، أن يعمل على ألا يستطيع هذا الخصم التحكّم في مسافته •

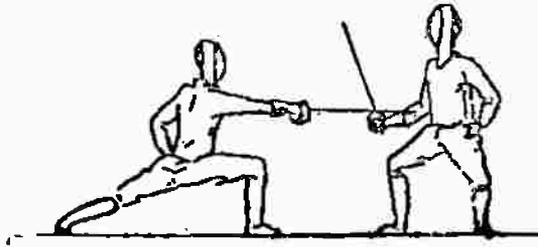
مما سبق نستطيع القول بأن ضبط المسافة والتحكّم فيها بدرجة كبيرة له أهميته الكبرى في المبارزة بسلاح السيف من جانب لاعبي هذا السلاح ؛ والا وجدوا صعوبة كبيرة في محاولاتهم الانتصار وكسب المنازلة بين اللاعبين المنافسين لهم • علما بأن حركات القدمين لها الدور الأكبر في ضبط المسافة على أن يتم تحريكها أماما وخلفا على النصف الامامي لها بهدف زيادة مهارتها الحركية وسرعتها •



## الفصل الثاني

### أنواع الضربات وعلاقتها بالهجوم

سبق أن ذكرنا عند الحديث عن كيفية تسجيل اللمسات في سلاح السيف ، فقلنا أن اللمسات يمكن أن تسجل بتثبيت ذبابة السيف على الهدف بوضوح وتمييز أو بالضرب بأي جزء من الحد الامامي بثلاث الحد الخلفي له المجاور للذبابة .



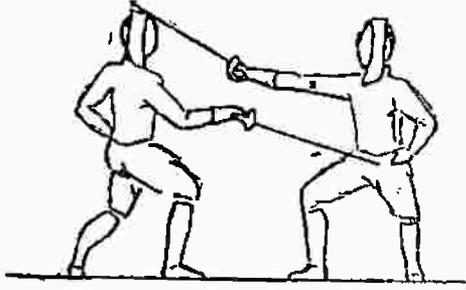
( شكل ٩٣ ) اللمس بذبابة السيف

وفي الحالة الاولى ( اللمس بالذبابة ) تمتد الذراع المسلحة مع لف اليد في اتجاه لاسفل والظعن للوصول بالذبابة الى سطح الهدف وتسجل اللمسة عليه بنفس الطريقة التي تسجل بها لمسات سلاح الشيش .

أما في الحالة الثانية ( اللمس بالحد الامامي للنصل ) ، اذا ما وجهت اللمسة نحو الرأس ، تمتد الذراع المسلحة مدتفضلة باتجاهها لاعلى مع لف راسغ اليد حتى يوجه الحد الامامي للنصل في اتجاه الرأس ،

بينما يتخذ النصل زاوية قدرها ٤٥° تقريبا ما بين الخط الموازي للارض والخط العمودي عليها ، وفي اللحظة التي تمتد فيها الذراع المسلحة بكاملها ، تتقبض الاصابع الثلاثة الاخيرة دون تصلب على المقبض

الخشبي ، وفي نفس الوقت ينثنى الرسغ لاسفل نحو الهدف لتسجيل الضربة بحركة كبراجية خفيفة .



( شكل ٩٤ ) اللمس على الرأس بالحد القاطع الامامى

أما في الحالة الثالثة ( اللمس بالحد الخلفى لثالث النصل العلوى ) عند توجيه اللمسة على الجانب الايسر لقتاع ( منطقة الرأس ) تمتد الذراع المسلحة مع لف اليد والاحتفاظ باتجاهها لاعلى وتوجيه الحد الخلفى العلوى للنصل نحو الجانب الايسر للقتاع ، وفي نفس اللحظة التي تمتد فيها الذراع بالكامل ينثنى الرسغ بمرونة جهة اليسار بغرض تسجيل الضربة على الهدف .

هذه الامثلة يتدرب عليها اللاعب مع وضع الاستعداد الدفاعى والوضع الدفاعى للهجوم .

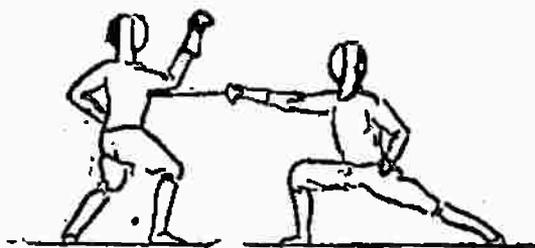
وهناك أنواع وأمثلة أخرى للضربات على الاجزاء الاخرى للهدف ، سوف يجيء ذكرها عند الحديث على الهجوم .

هذه الضربات السابق ذكرها ، والضربات التي سوف يجيء الحديث عنها تشكل في واقعها الحركات التي تختص بالهجوم في سلاح السيف ، ذلك أن اللاعب عند قيامه بالهجوم على خصمه من الاوضاع المختلفة للسلاح يستهدف احدى أجزاء مناطق الهدف لتسجيل اللمسة عليها سواء استخدم الهجوم المباشر البسيط أو الهجوم المركب الذي يتضمن الحركات الخداعية لدفاع الخصم . من ذلك تتضح العلاقة بين أنواع هذه الضربات وعمليات الهجوم على الخصم ، أى أن هذه الضربات هي التي تستخدم عملية تنفيذ الهجوم ضد المنافس وسوف نتعرض للأنواع الثلاثة الاخرى لتلك الضربات في الحديث التالي .

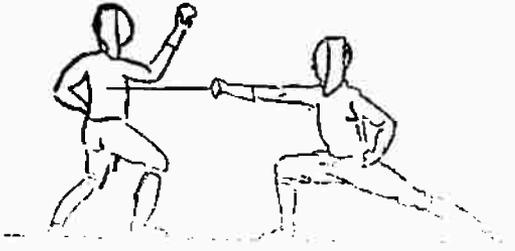
ذلك أنه الى جانب ، الضربة الخاصة باللمس أو الوخز بذبابة السيف على الصدر ، والضربة القاطعة بالحد الامامى للنصل على الرأس ، والضربة القاطعة بالحد الخلفى للثلث العلوى من النصل على الجانب الايسر للقناع ، يوجد أيضا ثلاثة أنواع أخرى من الضربات هي :

#### ١ - ضربة اللمس على جانب الجسم الايمن والايسر :

تؤدي هذه الضربة عندما يتخذ نصل المنافس الوضع الاول أو الرابع أو الخامس ، وعند آدائها ، تمتد الذراع المسلحة للامام في وضع مقابل لاعلى صدر اللاعب ، مع لف اليد لاسفل على أن تتخذ ذبابة النصل



( شكل ٩٥ ) ضربة اللمس على جانب الجذع الايسر



( شكل ٩٦ ) ضربة اللمس على جانب الجذع الايمن

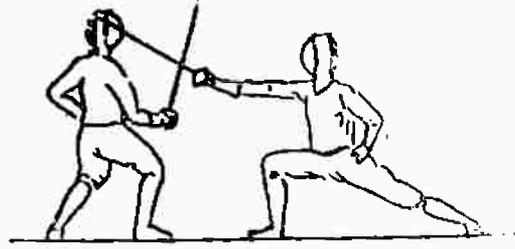
وضعا أعلى قليلا من وضع قبضة اليد ، وبهذا الشكل يحمى الوضع ككل الجزء الخارجى من الذراع المسلحة المهاجمة وأعلى الذراع علاوة على قبضة اليد نفسها ، ثم توجه الضربة بعد ذلك بحركة كراباجية خفيفة من مفصل الرسغ على الجانب المقابل لحد النصل القاطع أيمن أو أيسر .

### ٢ - ضربة اللمس على الجانب الايمن للقناع :

عندما يتخذ اللاعب المدافع الوضع الاول أو الرابع بسيفه ، فإن الضربة على الجانب الايمن للقناع ( وأحيانا أعلى الكتف الايمن ) تعتبر ضربة ناجحة ، كما أن الدفاع عنها أكثر صعوبة ، ذلك أنه أى المدافع ، إذا ما اتخذ وضع الدفاع الخامس أو لثالث . فسوف يجد بعض الصعوبة ضد الهجوم . أما عند أدائها . فتتخذ قبضة اليد وضعا عاليا مع اللف بها الى أسفل أثناء امتداد الذراع المسلحة لينتهى تنفيذ الضربة بعد ذلك بحركة كراباجية من مفصل الرسغ بطريقة جانبية على الجانب الايمن للقناع ( الرأس ) مع ملاحظة الارتفاع بمقدمة النصل لاعلى بدرجة كافية لوضع الثلث العلوى للنصل القريب من الذبابة على المستوى الجانبى للرأس .

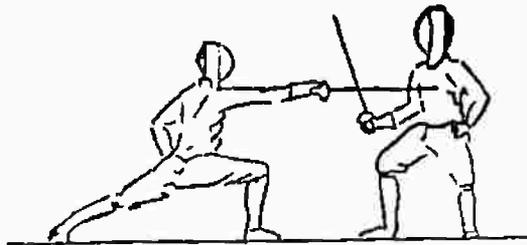
### ٣ - ضربة اللمس على الذراع :

ان الذراع المسلحة التى تشكل منطقة هدف متقدمة واضحة الرؤية



( شكل ٩٧ ) ضربة اللمس على جانب الرأس الايمن

وتكاد تكون بدون حماية بسبب اقترابها قسراً من المنافس ، وحمايتها تتركز فقط في وضع السلاح . ويمكن اصابتها باللمسات على كلا جانبيها وأعلىها وتحتها . ولعلم اللاعب بأن هذه المنطقة سهلة الاصابة ، عليه أن يعطى عناية تامة لحمايتها . وذلك بأن يلجأ بسرعة الى اتخاذ وضع السلاح المناسب لاتجاه ضربة الخصم والتي يعتقد أنه يعطيه الحماية الكافية . وأفضل حالات استخدام هذا النوع من الضربات - بناء على النظرية السابقة - هي استخدامها في ضربات الايقاف كهجوم مضاد ، وفي الرد بعد الدفاع ضد هجمة من جانب الخصم . أما من حيث الآداء، تؤدي الضربة على الجزء الخارجى من الذراع واليد في حالة لف لاسفل على أن تتم كضربة جانبية ، أما الضربات أعلى وداخل الذراع فتؤدي واليد في حالة نصف لف ، على أن يتم تنفيذها كضربات رأسية عمودية عليها .



( شكل ٩٨ ) ضربة اللمس على داخل الذراع

## أسلوب الدفاع في سلاح السيف

كقاعدة عامة وأساسية ، يتميز الدفاع ضد هجمات الخصم القاطعة بأسلوب تطبيقي يختلف عن مثيله في السلاحين الآخرين ، وهذا الأسلوب ينحصر فى أن يضع اللاعب المدافع نصل سلاحه فى الوضع الدفاعى المناسب ( ثالث أو رابع أو خامس ٠٠٠ الخ ) بحيث يقابل ويواجه اتجاه النصل المهاجم ليتقاطع معه بزاوية ٩٠° تقريبا ) متخذاً وضعاً ثابتاً عند نهاية حركة الدفاع • وهذا يعنى أن النصل المدافع لا يقوم بضرب النصل المهاجم لابعاده عن الهدف – كما فى سلاحى الشيش وسيف المبارزة – بل يتخذ وضعه فى حالة ثبات ليعترض طريقه فقط الى الهدف، ويتم ذلك بأن يدع اللاعب المدافع نصل المهاجم يصطدم بنصله دون أن يتصادم هو به ، وبمعنى آخر يمكن القول بأن النصل يقف فى وضعه الدفاعى ثابتاً ليستقبل نصل المهاجم المتحرك فى اتجاه الوضع الدفاعى المقابل له ويتضح ذلك بوضوح تام وكامل فى وضع الدفاع الخامس ، حيث يتخذ النصل المدافع وضعه فوق الرأس بالعرض (اتجاه مستعرض) فى حالة ثبات ، ليستقبل ويعترض اتجاه النصل المهاجم المتحرك العمودى والمتعامد على الرأس ليجعله يصطدم به وينزلق عليه •

كما سبق يتضح أن أسلوب وطريقة الدفاع فى سلاح السيف هى فى الحقيقة عكس أسلوب وطريقة الدفاع فى سلاحى الشيش وسيف المبارزة • ذلك أياً فى السلاحين الآخرين يتحرك النصل المدافع نحو النصل المهاجم الذى يكاد يكون ثابتاً فى اتجاهه الى سطح الهدف بينما فى سلاح السيف يتحرك النصل المهاجم بحركته القاطعة واتجاهه المتحرك

حتى نهاية الحركة نحو النصل المدافع الذى يتخذ وضع الثبات فى اتجاهه ليتلقى ويستقبل ذلك النصل المهاجم الذى تتلاشى حركته وتنتهى عندما يصطدم به .

ومن ناحية اخرى فان هناك قاعدة اخرى تتعلق بأسلوب الدفاع فى سلاح السيف تستند على القاعدة السابقة ، وهى ضرورة ثبات النصل فى وضعه الدفاعى بقوة مناسبة تناسب وتضاد القوة الناتجة من حركة النصل المهاجم ، وحتى لا يتأثر المدافع بتلك القوة المتحركة فينتهى أو يميل تجاه منطقة الهدف التى يحميها ، مما يؤدى الى امكان تسجيل اللمسة رغم الدفاع الذى يتصف فى هذه الحالة بالضعف لذلك يجب النظر بمزيد من الاهتمام الى ضرورة التدريب على تنمية الاحساس بتثبيت النصل المدافع فى وضعه بقوة لمقابلة تلك القوة القادمة من حركات الهجوم القاطعة المتحركة .

أما الدفاع ضد الهجوم فى هذا السلاح بذبابة النصل فيؤدى بالاسلوب وبالطريقة التى يؤدى بها فى سلاح الشيش حيث يكون التعرض هنا ابعاد تلك الذبابة عن الوصول الى الهدف وليس ايقاف حركة النصل بالقوة اللازمة عند الدفاع ضد حركات الهجوم القاطعة .

ونستطيع أن نقول ، أن أوضاع السلاح التى ذكرت سابقا فى الفصل السابق ، هى نفسها التى تشكل خطوط الدفاع فى هذا السلاح سواء كان ذلك ضد الهجمات القاطعة أو هجمات الذبابة ، أى أن هناك ، الدفاع الاول ، والدفاع الخامس ، والثانى وهكذا . أما كيفية الانتقال من خط دفاع الى خط آخر ، فان ذلك يتحدد بالوضع السابق لنصل وذراع اللاعب أولا ، ثم اتجاه حركة هجوم الخصم ثانيا . وبصفة عامة فان

طريقة تنفيذ هذا الانتقال ، تتم اما باللف الكامل لليد أو باللف النصفى لها أو لف الذراع المسلحة في حركة نصف دائرية أو دائرية حيث أن طبيعة حركات سلاح السيف الهجومية وطريقة توجيه الهجمات القاطعة هي التي تجبر الذراع المسلحة الى اتخاذ مثل هذه الاتجاهات .

### أسلوب الرد في سلاح السيف

ان الرد — كما هو معروف — عبارة عن حركة هجومية الغرض منها تسجيل لمسة على اللاعب المنافس بعد القيام بالدفاع الناجح ضد حركة هجومية من جانب ذلك اللاعب المنافس وتابعة لها . تؤدي اما بطريقة مباشرة أو غير مباشرة أو مركبة على أن تتم في الحال أو بعد التأخر قليلا فترة قصيرة من الزمن .

حيث أن الرد ما هو الا حركة هجومية ، فانها تأخذ نفس أسم وأعداد اتجاهات حركات الهجوم في أفضل صورها ، بمعنى أنه اذا كان هناك حركة هجومية على أعلى الرأس ، فهناك أيضا حركة رد أعلى الرأس تؤدي بنفس الطريقة وهكذا بالنسبة لبقية الحركات ويمكن تمديد ذلك كالاتى بالنسبة للاعب أيمن :

١ — عند القيام بالدفاع الاول — تأخذ حركة الرد اتجاهها المباشر نحو جوانب الجسم .

٢ — عند القيام بالدفاع الثانى — تأخذ حركة الرد اتجاهها نحو الجانب الايمن من الرأس .

٣ — عند القيام بالدفاع الثالث — تأخذ حركة الرد اتجاهها نحو أعلى الرأس .

٤ - عند القيام بالدفاع الرابع - تأخذ حركة الرد اتجاهها نحو الجانب الايمن من الرأس •

٥ - عند القيام بالدفاع الخامس - تأخذ حركة الرد اتجاهها نحو جوانب الجسم •

وهذه تعتبر أقصر الطرق لآداء حركة الرد المباشر بعد القيام بهذه الدفاعات أما عند القيام بحركة الرد الغير مباشرة فهناك ثلاثة سبل تتعلق باتجاه آدائها وهى :

أ ) بتغير اتجاه النصل قبل توجيه اللمسة •

ب ) بطريقة القطع بالدوران من أعلى •

ج ) بحركة تغيير الاتجاه الدائرية •

يتضح مما سبق أن اتجاه حركة الرد نحو احدى مناطق الهدف تتحدد أساسا بوضع خط الدفاع ضد حركة هجوم الخصم ، وذلك استنادا الى القاعدة الرئيسية التى تحتم ضرورة آداء من أقصر طريق وفى أقل زمن ممكن ، حتى لا يفقد التوقيت الخاص به صلاحيته طبقها لقواعد وشروط جملة المبارزة التى تشكل الزاوية فى التحكيم كما سيأتى فيما بعد •

### أسلوب التحكيم فى سلاح السيف

ينتم التحكيم فى سلاح السيف بواسطة هيئة التحكيم ، تضم رئيسا للحكام ، وأربعة قضاة - تماما كالهئية التى تقوم بالتحكيم فى سلاح الشيش العادى غير الكهربائى • فهو يتبع الى حد كبير أسلوب التحكيم

في هذا السلاح أيضا الاسلوب الذى تتم به تحكيم المنازلات في سلاح الشيش وخاصة فيما يتعلق بجملة المبارزة ، من افضلية الهجوم على الرد على حركات تكملة الهجوم ، وكذلك فيما يتعلق بالهجوم المضاد من حيث توقيت آدائه •

أى أن التحكيم يتم تقريبا في هذا السلاح كمثليه في سلاح الشيش، ومن ثم فاننا اذا ذكرنا أساليبيه وشروطه وقواعده فكأننا نعيده مرة ثانية • أما الاختلافات البسيطة بين هذا السلاح وسلاح الشيش فلا تخرج عن بعض القواعد الخاصة التى يمكن الرجوع اليها في كتاب لقانون الدولى للسلاح •

## الباب الثالث عشر

- طرق تنظيم المنافسات واستخراج النتائج •
- جداول تسجيل المنازل والمباريات •



## طرق التنظيم الخاصة بالمنافسات

( فرق - فردى )

### ١ - منافسات الفرق :

تلعب المباريات بين الفرق ، بحيث يجب أن يتقابل كل لاعب من إحدى الفرق مع جميع اللاعبين من الفريق المنافس بنظام سبق ترتيبه ، والموضح فى جدول ترتيب المباريات ( المنازلات ) بورقة التسجيل الخاصة بمنافسات الفرق ، طبقا للمادة ( ٥٢٩ ) من القانون الدولى للسلاح الخاصة بترتيب المنازلات بين فريق وفريق آخر •

وحيث أن الفريق - فى المباريات الرسمية - يتكون من أربعة الى خمسة لاعبين ، يختار منهم رئيس الفريق أربعة لاعبين لكل مباراة مع فريق آخر • تصبح عدد المنازلات التى تقام بين فريقين ١٦ منازلة، على اعتبار أن كل لاعب فى فريق يتقابل مع أفراد الفريق الآخر الأربعة كل فى منازلة مستقلة •

كما يمكن لرئيس الفريق أن يختار الترتيب الذى يلعب به أعضاء فريقه فى كل مباراة ، على ألا يقل عدد أفراد الفريق عن أربعة لاعبين عند بدء المباراة ، ويمكن أن يقل هذا العدد عن أربعة بعد بداية المباراة ، وإذا ما حدث ذلك لأسباب خارجة عن الإرادة ، يمكن للإدارة الفنية أو اللجنة المنظمة أن تسمح للاعب أو أكثر من المشتركين أصلا فى الاسلحة الأخرى فى نفس البطولة بتكملة أعضاء الفريق الذى نقص عدد أعضائه عن أربعة لاعبين •

## كيفية تحديد الفريق الفائز ( المباراة بين فريقين ) :

١ - يفوز بالمباراة الفريق الذى يحصل أفراده على أكبر عدد من الانتصارات الفردية .

٢ - فى حالة اذا ما تساوى الفريقان المتباريان فى عدد الانتصارات الفردية ( ٨ : ٨ ) يفوز بالمباراة الفريق الذى أصيب أفراده بأقل عدد من اللمسات فى جميع مبارزاته مع أفراد الفريق الآخر .

٣ - يتعادل الفريقان اذا ما تساويا فى عدد الانتصارات الفردية ، وعدد اللمسات التى أصيب بها اللاعبين من الفريقين .

### حالة تعدد الفرق المشتركة :

اذا ما تعددت الفرق المشتركة ، تجرى المباريات بينهم بحيث يجب أن يتقابل أفراد كل فريق مع أفراد الفرق الاخرى المشتركة فى نفس الشوط على التوالى طبقا لترتيب محدد باستخدام طريقة الدورى والمجموعات ، باعتبار كل فريق شخص معنوى واحد ، مع ملاحظة ألا تزيد عدد الفرق المشتركة فى المجموعة الواحدة عن ٤ فرق فقط .

وفى هذه الحالة ( دورى المجموعات ) يتحدد ما تحصل عليه الفرق المشتركة فى الشوط الواحد من درجات انتصارات الفرق على الوجه التالى :

أ ) كل انتصار يحصل عليه فريق على فريق آخر ، يكسبه عدد ٣ درجة .

ب ) كل تعادل بين فريق و آخر ، يكسب كل منهما عدد واحد درجة للفريق .

ج ) كل هزيمة تصيب فريق آخر ، لا يحصل الفريق المهزوم على  
أى درجة للفرق .

كيفية تحديد الترتيب في حالة تعدد الفرق المشتركة ( دورى المجموعات ) :

١ - يفوز الفريق الذى يحصل على أكبر عدد من درجات انتصارات  
الفريق ( وكذلك بالنسبة للمراكز التالية ) .

٢ - اذا تساوى فريقان أو أكثر في عدد درجات انتصارات الفريق  
في نفس المجموعة ، يحدد الترتيب فيما بينهم بمجموع الانتصارات  
الفردية التى حصل عليها أعضاء كل فريق في جميع مباريات هذه المجموعة،  
الاکثر يعتبر متقدما في الترتيب .

وإذا كان هناك تساوى في عدد الانتصارات الفردية أيضا بين فريق أو  
أكثر ، يتحدد الترتيب بينهم بمجموع اللمسات التى سجلت ضد أفراد  
كل فريق في كل مباريات المجموعة ، الأقل يعتبر متقدما في الترتيب .

٤ - وإذا ما كان هناك تساوى أيضا في عدد اللمسات التى أصيب بها  
أعضاء فريقين أو أكثر في مباريات المجموعة ، يفوز الفريق الذى أحرز  
أعضاؤه عدد أكبر من اللمسات ضد الفريق المتعادل معه .

٥ - وفى النهاية اذا ما تساوى فريقين أو أكثر في كل ما سبق ، في  
هذه الحالة تعتبر هذه الفرق في حالة ترتيب متكرر .

٦ - وإذا كان من الضروري تحديد ترتيب لفرق هذه المجموعة،  
تقام مباراة مفاضلة بين الفريقين أو الفرق المتعادلة في نفس اليوم ، وفى  
حالات استثنائية ( حالة ضيق الوقت ) يمكن أن يؤجل هذه المفاضلة الى  
وقت آخر .

مما سبق يتضح ضرورة أداء كل المنازلات بين أعضاء الفرق المتبارية، حتى لو فاز أحد الفريقين قبل أن يتقابل كل أعضاؤه .

### انسحاب عضو من الفريق أثناء المباراة :

إذا انسحب عضو في فريق أثناء سير المباراة ، يسمح بالبقاء على النتائج التي حصل عليها حتى وقت الانسحاب ، أما المنازلات المتبقية له ، فتعتبر هزائم من لاعبي الفريق الآخر الذين لم يقابلهم دون أن تحتسب لصالحه أية لمسات ( ٥/صفر ) ، أما إذا كان الانسحاب نتيجة لحادثة أو لأسباب اضطرارية ، يمكن لرئيس الفريق أن يستأذن من الإدارة الفنية أو اللجنة المنظمة بإحلال لاعب احتياطي محله لتكملة المباراة عند النقطة التي انسحب عندها ، وفي هذه الحالة لا يمكن للاعب الذي استبدل بلاعب آخر أن يأخذ مكانه مرة أخرى في الفريق أثناء سير المباراة ولا في المباريات التالية في نفس اليوم .

### انسحاب فريق بأكمله :

وعند انسحاب فريق من المنافسة لاي سبب كان . تتبع الإدارة الفنية القواعد المذكورة بعد ويعتبر الفريق ككل كما لو كان لاعبا واحدا .

١ - كأنه لم يكمل المنافسة إذا كان قد سبق لبعض أعضاء الفريق المنسحب اللعب فعلا ضد بعض أفراد الفريق الآخر في نفس المجموعة ( فإذا كانت النتيجة عند الانسحاب ٢/٩ ، تصبح النتيجة النهائية ٢/١٤ لصالح الفريق الغير منسحب ) وذلك في حالة انسحاب الفريق المهزوم أصلا عند انسحابه ) . أما إذا كان منتصرا فتلغى كل النتيجة .

٢ - يعتبر كأنه لم يشترك في المنافسة على الإطلاق إذا كانت أول مباراة يلعبها الفريق في مباريات المجموعة .

وبصفة عامة ، يجب أن تقام منافسات الفرق باستخدام دورى المجموعة فى دور واحد على الأقل ( أدوار التصفية الاولى ) يتبع بعده مباشرة طريقة خروج الملوب فورا ، وتقوم الادارة الفنية بتحديد عدد فرق كل مجموعة ، كما تقرر الفرق التى تشكل رؤساء لهذه المجموعات بمعرفتها .

وتقام المنازلات بين أفراد الفرق المشتركة فى شتى أدوارها من ٥ لسات للرجال فى الاسلحة الثلاثة خلال فترة زمنية قدرها ٦ دقائق كاملة ملعوبة ، للسيدات ٤ لسات بفترة قدرها ٥ دقائق كاملة ملعوبة .

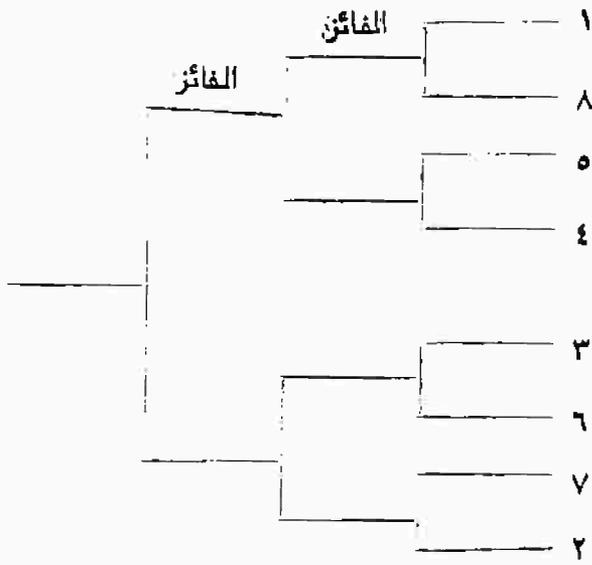
#### قاعدة هامة :

فى أدوار خروج الملوب ، اذا ما تعادل الفريقان المتباريان فى عدد الانتصارات الفردية وعدد اللسات التى أصيب بها أعضاء كل منهما — تحدد النتيجة بمنازلة مفاضلة بين لاعب من كل فريق يختارهما رؤساء الفريقين ممن ائتركوا فعلا فى المباراة . والفريق الذى يفوز لاعبه فى هذه المنازلة يعتبر فائزا .

#### لوحة المنازلات الخاصة بخروج الملوب :

تأخذ الفرق التى تدخل الدور الخاص بخروج الملوب أرقاما مسلسلة تصاعدية طبقا للنتائج التى حصل عليها فى أدوار التصفية الخاصة بالمجموعات من حيث الترتيب وعدد الانتصارات فكلما حصل الفريق على نتيجة أفضل من غيره أخذ رقما متقدما يحدد مكانه فى لوحة المنازلات بالنسبة للفرق الاخرى التى حصلت على نتيجة أقل وهكذا ، ذلك أن الفريق الذى يحصل على أفضل النتائج يأخذ رقم ١ فى الجدول والذى

يليه رقم ٢ وهكذا كما هو موضح في الترتيب الخاص بلوحة المنازل كالتالى :



ويتحدد المركز الاول والثانى بنتيجة المباراة بين الفريقين اللذان يصلان الى الدور النهائى . ويتحدد المركز الثالث والرابع بنتيجة المباراة التى تقام بين الفريقين المهزومين فى الدور قبل النهائى .

كما يتحدد المركز الخامس والسادس ، باقامة مبارتان بين الاربعة فرق المهزومة فى دور الثمانية طبقا لنظام لوحة المباريات ، والفريقان الفائزان منهما يتقابلان فى مباراة ثالثة يحدد بنتيجتها المركزين الخامس والسادس .

## ٢ - المنافسات الفردية :

يقام التنظيم الخاص بالمنافسات الفردية بالطريقة الآتية :

١ - بطريقة دورى المجموعات .

• تنظيمه من حيث المجموعات - ٤

٣ - نظام مختلط ( بين دورى المجموعات وخروج المغلوب من مرتين ) •

أ ( تتكون المجموعات من عدد لا يزيد ولا يقل عن ستة مبارزين لكل مجموعة •

ب ) يجب ألا تقل مجموعة الدور النهائى عن ٦ لاعبين فى جميع الاحوال •

### تكوين المجموعات :

عند تقسيم اللاعبين المشتركين الى مجموعات متعددة فى الدور الاول ، يجب اتباع الشروط الآتية :

١ - يجب توزيع اللاعبين الى مجموعات متساوية العدد تقريبا •

٢ - يجب اتباع مبدأ رؤساء الاثواط ( المجموعات ) ، والادارة الفنية وحدها هى التى تقرر اللاعبين الذين يعتبرون رؤساء مجموعات ، بحيث يوضع فى كل مجموعة لاعب يعتبر رئيسا لها اعتباريا •

٣ - مراعاة مبدأ الجنسية عند توزيع اللاعبين على المجموعات بحيث لا يوضع أكثر من لاعب واحد من جنسية واحدة بقدر الامكان •

وإذا تصادف وجود أكثر من لاعب من جنسية واحدة فى اندى المجموعات يجب أن يتقابلوا مع بعضهم البعض أولا قبل منازل اللاعبين من الجنسيات الاخرى المشتركين معهم فى نفس المجموعة ( الشوط ) •

٤ - يرجح مبدأ الجنسية على مبدأ رؤساء الاثواط عند توزيع اللاعبين على المجموعات .

٥ - في الادوار التالية من المستحسن أن تتساوى المجموعات بقدر الامكان في عدد الفائزين بالمركز الاول وفي المركز الثانى والثالث . الخ في الدور السابق عند تكوين المجموعات في هذه الادوار حتى يتواحد عنصر التوازن في قوى اللاعبين في كل مجموعة - مع ضرورة تجنب وضع لاعبين في مجموعة ممن كانوا في مجموعة واحدة في الادوار السابقة .

### ترتيب المنازلات :

يجب اتباع الترتيب المذكور والموضح في ورقة التسجيل الخاصة بالمنافسات الفردية وبالتسلسل الواضح طبقا لعدد لاعبي كل مجموعة حتى لا يجبر لاعب على اللعب منازلتين دون أن يأخذ راحة بين كل منازل وأخرى . ( هذه الراحة اجبارية قانونا الا اذا لم تسمح الظروف بذلك وفي هذه الحالة يجب اعطاء اللاعب راحة ١٠ دقائق بين كل منزلتين متتاليتين ) .

### كيفية تحديد ترتيب اللاعبين في كل مجموعة :

- ١ - يتحدد ترتيب كل لاعب تنازليا تبعا لعدد درجات الانتصارات الفردية التي يحصل عليها من اللاعبين المشتركين معه في نفس الشوط .
- ٢ - اذا ما تساوى لاعبان أو أكثر في عدد الانتصارات الفردية ، يتحدد الترتيب بينهم تبعا لعدد اللمسات التي أصيب بها في جميع منازل الشوط والاقبل يعتبر متقدما في الترتيب .

٣ - وفي حالة تعادل لاعبين أو أكثر في عدد الانتصارات وعدد اللمسات المصاب بها يتحدد الترتيب فيما بينهم تبعا لعدد اللمسات التي أصابها وسجلها كل مفهوم ضد اللاعبين المشتركين معه في نفس الشوط والأكثر يعتبر مقدما في الترتيب •

٤ - وإذا تعادل اللاعب مع لاعب آخر أو أكثر في كل هذه الحالات • يعتبر الترتيب فيما بينهم في حالة ترتيب مكرر •

٥ - وإذا كان من الضروري تحديد ترتيب لهم ، يجرى فيما بينهم منازلة مفاضلة •

٦ - أما إذا كان التعادل في عدد الانتصارات الفردية ، على المركز الاول فقط ( والمراكز الاولى في الالعاب الاولمبية ) يحدد الترتيب النهائي فيما بين اللاعبين المتعادلين دائما بمنازلات مفاضلة •

٧ - وإذا تعادل لاعبان أو أكثر في عدد الانتصارات الفردية في منازلات هذه المفاضلة يجب اتباع الاجراءات التالية :

أ ( إذا كان التعادل على المركز الاول فقط ، يجب اعادة المفاضلة حتى يحصل أحد اللاعبين على عدد من الانتصارات يفوق عدد انتصارات اللاعبين الآخرين •

ب ( أما إذا كان التعادل على المراكز الاخرى ، الثانى والثالث في الالعاب الاولمبية تحتسب مجموع اللمسات في المجموعة الاصلية بالاضافة الى مجموع لمسات منازلات المفاضلة ، أو تقام مفاضلة تالية يحدد بها الترتيب •

## نسبة اللاعبين المرقون الى الدور التالي :

في الاسلحة الثلاثة والسيدات ( في حالة تعدد اللمسات ) يرقى من كل مجموعة نسبة مئوية من عدد اللاعبين المشتركين في نفس الشوط لا تقل عن ٥٠٪/ بحد أدنى ثلاثة لاعبين ، وحتى يؤهل لاعب ليمر الى الدور التالي بدون منازلات مفاضلة يجب أن يحصل على أكبر عدد من الانتصارات الفردية على اللاعبين المبعدين •

أما اذا كان هناك تعادل بين لاعبين أو أكثر في عدد الانتصارات الفردية • يحدد التأهيل للمرور الى الدور التالي بمجموع اللمسات الاقل التي يصاب بها اللاعب أو اللمسات الاكثر التي يسجلها ضد منافسيه •

وإذا حدث تعادل ، يجب إجراء منازلات مفاضلة فيما بينهم للترقية الى الدور التالي •

## خروج المغلوب

### ترتيب المنازلات :

تلعب المنازلات بين اللاعبين دائما وفق الترتيب الموضح في لوحة المنازلات الخاصة بطريقة خروج المغلوب بالتسلسل المذكور على اللوحة من القمة حتى القاع ولكن لكسب الوقت يمكن أن تقام عدة منازلات في وقت واحد بنفس التسلسل على أن يسمح للمبارز بفترة راحة قدرها ١٠ دقائق بين كل منازلتين متصلتين •

### كيفية الفوز وعدد اللمسات :

تلعب كل منازلة في الاسلحة الثلاثة لعدد محدود من اللمسات

( ٨ أو ١٠ لمسات ) أو تلعب من منازلتين كل منها ٥ لمسات مؤكدة  
( ٤ لمسات للسيدات ) ، وإذا تطلب الامر تقام منزلة مفاضلة يتحدد  
بها اللاعب الفائز .

### مدة المنازلة :

المدة القانونية لكل منزلة للرجال ٦ دقائق ، ولل سيدات ٥ دقائق  
كاملة ملمسوبة :

— يستريح اللاعبون اجباريا فترة دقيقتين بين المنازلات ويتبادلون  
أماكنهم .

— اذا ما انتهى الوقت المحدد لكل منزلة في احدى المنازلات الثلاثة  
في حالة تعادل اللاعبين في عدد اللمسات ، تستمر المنازلة دون وقت  
محدود حتى يفوز احدهما .

### انسحاب أحد اللاعبين :

اذا لم يتمكن لاعب من الاشتراك أو تكملة المنازلة لاي سبب ، يفوز  
خصمه بالمنزلة .

### كيفية تحديد الترتيب :

يتحدد الترتيب النهائى للاعبين كالاتى :

— الاول ؛ اللاعب الفائز بالمنزلة النهائية .

— الثانى ، اللاعب المهزوم فى المنازلة النهائية .

اذا لم يكن من الضرورى تحديد ترتيب بقية اللاعبين ، يتساوى  
اللاعبان اللذان هزما فى الدور النهائى على المركز الثالث ، ويتساوى

المهزومين في دور الثمانية في المركز الخامس ، والمهزومين في دور الستة عشر في المركز التاسع وهكذا .

— أما اذا كان من الضروري تحديد ترتيب لهم ، تقام مفاضلة بين المهزومين في الدور قبل النهائي لتحديد المركزين الثالث والرابع ، تقام مفاضلة بطريقة خروج المغلوب بين المهزومين في دور الثمانية يتحدد بها المراكز الخامس والسادس والسابع والثامن .

### النظام المختلط

يتكون هذا النظام من مرحلتين هما :

#### المرحلة الاولى : نظام المجموعات :

تقام منازلات الدور الاول ( التصفية ) باستخدام نظام المجموعات ، مع مراعاة الشروط الخاصة بتقسيم اللاعبين الى عدة مجموعات . ويرتقى منها للدور التالي ٥٠٪ على الاقل من عدد لاعبي كل مجموعة ، ويحدد أدنى ٤ لاعبين .

— تقع على الادارة الفنية مسؤولية تكوين المجموعات للدور الاول ويجب أن تستكمل منازلات هذه المجموعات حتى لو تأكد معرفة اللاعبين المؤهلين للترقية للدور التالي قبل انتهاء المنازلات جميعها .

— واذا ما احتاج الامر ، ينظم الدور الثاني أيضا بمجموعات يرتقى منها ٥٠٪ على الاقل بحد أدنى ٤ لاعبين ، ويجب على الادارة الفنية أن تضع في اعتبارها نتائج الدور الاول عند تكوين مجموعات هذا الدور . كما يجب أيضا أن تستكمل منازلات هذه المجموعات حتى لو تأكد معرفة اللاعبين المؤهلين للترقى الى دور خروج المغلوب التالي .

— تسجل النتائج التي حصل عليها اللاعبون المرقيم من كل مجموعة من الدور الاول في ورقة تسجيل تبين عدد المنازلات الملعوبة وعدد الانتصارات الحاصل عليها كل لاعب منهم ، وعدد اللمسات التي سجلت ضده وعدد اللمسات التي أحرزها وتستخرج أيضا نفس هذه النتائج التي حصل عليها اللاعبون المؤهلون في الدور الثانى مثل ما حدث في الدور الاول .

— هذه النتائج يتحدد على أساسها ترتيب وضع اللاعبين المؤهلين على لوحة المنازلات الخاصة بدور خروج المغلوب التالى ، وتقع مسئولية تحديد هذا الترتيب على أعضاء الادارة الفنية الذى يتم كالتالى :

١ — تجمع نتائج الدور الاول والثانى التي حصل عليها كل لاعب مؤهل .

٢ — يتحدد ترتيب اللاعبين المؤهلين باستخدام الدلالة الاولى هـى :

$$\text{نتيجة قسمة} \frac{\text{عدد الانتصارات}}{\text{عدد المنازلات}}$$

٣ — يفوز اللاعب الحاصل على أعلى دلالة وهى واحد كحد أقصى بالمركز الاول على اللاعبين المشتركين معه فى الاشواط السابقة وهكذا بالنسبة للمراز التالية .

٤ — واذا تساوى لاعبان أو أكثر بعد استخدام الدلالة الاولى ، يتحدد الترتيب باستخدام الدلالة الثانية وهى :

$$\text{نتيجة القسمة} \frac{\text{عدد اللمسات التي سجلها اللاعب}}{\text{عدد اللمسات التي سجلت على اللاعب}}$$

٥ - يفوز اللاعب الذي يحصل على أعلى دلالة بالمركز الأفضل .

٦ - إذا تساوى أكثر من لاعب بعد استخدام الدالتين السابقتين،

تجرى عملية القرعة فيما بينهم .

٧ - يتم تحديد وضع ومكان كل لاعب على لوحة المنافسات

باستخدام الدالات المذكورة سابقا ، بحيث يوضع أحسن لاعب أمام

الرقم (١) والذي يليه أمام الرقم (٣) وهكذا بالنسبة لكل اللاعبين

المؤهلين .

٨ - يراعى عدم وضع اللاعبين الذين من جنسية واحدة في نفس

الربع من لوحة المنافسات ، ويعتبر هذا الاستثناء الوحيد المسموح به في

هذه القواعد ، الا عندما يؤهل خمسة لاعبين من جنسية واحدة .

٩ - تقام كل منافسات مرحلة خروج المغلوب من منازلتين كل

منها ٥ لمسات ( ٤ للسيدات ) بوقت محدد وقدره ٦ دقائق لكل منازلة

( ٥ دقائق للسيدات ) ، على أن تقام منازلة ثالثة فاصلة اذا تعادل

اللاعبان في المنازلتين السابقتين ، حيث أنه يجب الحصول على نتيجة

كل مقابلة تحدد اللاعب الفائز واللاعب المهزوم .

١٠ - يتقابل اللاعبون الفائزون في مبارياتهم مع بعضهم البعض

في الادوار التالية تبعا لترتيب لوحة المنافسات حتى يؤهل منهم ٤

لاعبين لم يهزموا في هذه الادوار ، كما يتقابل اللاعبون المهزومين في

الدور الاول والادوار التالية مع بعضهم البعض تبعا لترتيب كل منهم

في لوحة المنافسات حتى يؤهل منهم ٢ من اللاعبين ينضمون الى أربعة

لاعبين المذكورين سابقا .

١١ - وبذلك تتكون المجموعة الزائفة من ٦ لاعبين ، فيتقابلون مع بعضهم البعض على شكل شوط واحد طبقا لنظام الدورى من منازلة واحدة ( ٥ لمسات بوقت محدد ٦ دقائق ) ، ( ٤ لمسات للسيدات بوقت محدد ٥ دقائق ) .

١٢ - فى الدور النهائى المكون من مجموعة من ٦ لاعبين ، تتبع القواعد الخاصة بنظام المجموعات مع اقامة منازلة مفاصلة اذا ما تساوى لاعبان أو أكثر على المركز الاول .

**القواعد الخاصة بنصفية المهزومين :**

أ ) لا يستبعد لاعب من المنافسة ما لم يهزم مرتين .

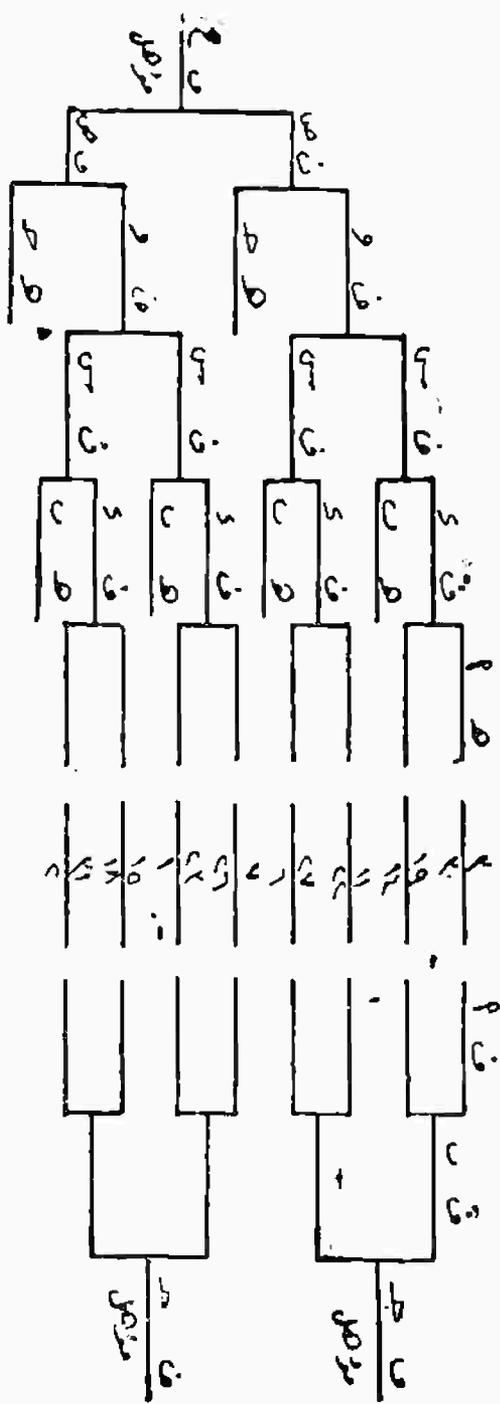
ب ) تلعب المنازلات دائما طبقا لترتيب لوحة المنازلات الاصلية التى تقرر تبعا لترتيب اللاعبين بالدلالات المذكورة مع مراعاة مبدأ الجنسيات .

## لوحة المنازل بطريقة خروج المغلوب

٨ لاعبين		١٦ لاعب		٣٢ لاعب	
مهموم	١	مهموم	١	مهموم	١
	٨		١٦		٣٢
	٥		٩		١٧
	٤		٨		١٦
	٣		٥		٩
	٦		١٢		٢٤
	٧		٤		٨
	٢		٣		٥
			١٤		٢٨
			١١		٢١
			٦		١٢
			٢		١٣
			١٠		٢٠
					٢٩
					٤
					٣
					٣٠
					١٩
					١٤
					١١
					٢٢
					٢٧
					٦
					٧
					٢٦
					٢٣
					١٠
					١٥
					١٨
					٣١
					٢

## لوحة تسجيل المباريات





# ورقة التسجيل الخاصة بمناقشات الفرق

الفرق: Equipes

V = Victoire

انتصار

Epreuve

النافذة

D = Défaite

مزيمة

Poule No.

الجمعية رقم

Date

التاريخ

III = Touches

لمسات

Arme

نوع السلاح

Piste No.

المسب رقم

الوقت	لغات	انتصارات	V	D	0	2	3	4	5	6	7	8	9	10	الوقت	الرسم	رقم
																	1
																	2
																	3
																	4
																	5
																	6
																	7
																	8
																	9

^ PRESIDENT

President

الرئيس

## ترتيب المباريات

---

١-٥	٦-١	٣-٦	٨-٣
-----	-----	-----	-----

---

٢-٦	٥-٣	١-٨	٦-٤
-----	-----	-----	-----

---

٣-٧	٨-٢	٤-٥	٧-١
-----	-----	-----	-----

---

٤-٨	٧-٤	٢-٧	٥-٢
-----	-----	-----	-----

---



BARRAGE

مناجاة

Président \_\_\_\_\_ الرئيس

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

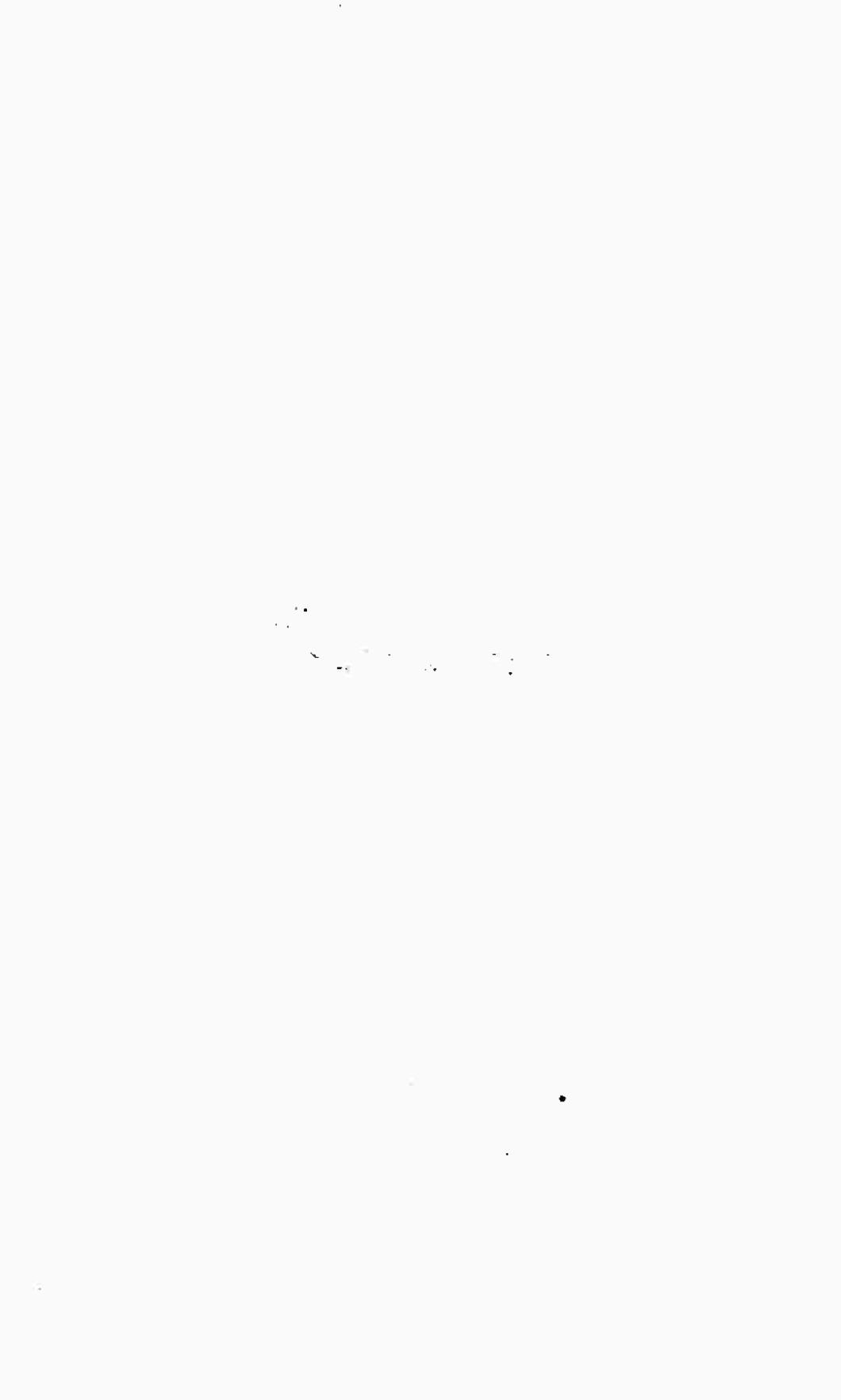
\_\_\_\_\_

Ordre des Assauts ترتيب المراتك

د	د	ص	ع	ح	ا	ب	ج	د	هـ
د	ع	ح	ا	ب	ج	د	هـ	و	ز



# محتويات الكتاب



٥	... ..	أهداء
٧	... ..	تقديم
١١	... ..	تاريخ المبارزة والتطورات التي طرأت عليها
٢٠	... ..	نبذة عن تاريخ المبارزة فى الشرق العربى
٢١	... ..	نبذة عن تاريخ المبارزة فى جمهورية مصر العربية

## الباب الأول

٢٧	... ..	فكرة عن ماهية المبارزة وطبيعتها
٢٨	... ..	مميزات وصفات لاعب السلاح

## الباب الثانى

٤١	... ..	المواصفات الشاملة لانواع الاسلحة الثلاثة
٤٨	... ..	الاهداف المحددة فى الاسلحة الثلاثة
٥٠	... ..	مواصفات ميدان اللعب ( الحلبة )
٥١	... ..	ملابس ومهمات المبارزة

## الباب الثالث

### الفصل الاول :

٥٥	... ..	ميكانيكية الجسم العامة فى المبارزة
----	--------	------------------------------------

### الفصل الثانى :

٥٩	... ..	أنواع وطرق مسك وحمل السلاح
----	--------	----------------------------

## الفصل الثالث :

التحية وأوضاع الجسم وتحركات القدمين ... .. ٦٩

## الباب الرابع

### الفصل الاول :

أوضاع المبارزة الاساسية ... .. ٨٧

### الفصل الثانى :

أنواع الالتصام ... .. ٩٥

## الباب الخامس

### الفصل الاول :

الهجوم من حيث ... .. ١٠٣

التعريف - الاتجاه الحركى - التوقيت الزمنى - النوعية

التهويشة والغرض منها

الهجوم المركب

توقيت السلاح

المسافة والمقاس

### الفصل الثانى :

الدفاع من حيث ... .. ١٢٣

التعريف - الاتجاه الحركى - التوقيت الزمنى - النوعية

## الفصل الثالث :

- ١٣٧ ... ..  
الرد من حيث ... ..  
التعريف — الاتجاه الحركي — التوقيت الزمني — النوعية  
الرد المضاد  
جملة المبارزة

## الباب السادس

### الفصل الاول :

- ١٥١ ... ..  
الحركات التمهيديّة للهجوم  
الهجمات النصلية — المسكات النصلية

### الفصل الثاني :

- ١٧١ ... ..  
الهجوم الكاذب ... ..  
متنوعات الهجوم وتشمل  
حركات تجديد الهجوم — التكملة — الاستعادة — التكرار  
حركة الهروب — المبارزة المتقاربة

### الفصل الثالث :

- ١٨١ ... ..  
الهجوم بالعرض الثاني أو الدعوة للهجوم

### الفصل الرابع :

- ١٨٥ ... ..  
الهجوم المضاد ... ..  
الهجمة الزمنية — هجمة الايقاف — الهجمة المضادة المرتدة

## الباب السابع

### الفصل الاول :

مهمات اللاعب الكهربائية ... .. ١٩٧

### الفصل الثانى :

جواز التحكيم المركزى الكهربائى لسلاح الشيش ... .. ٢٠١

## الباب الثامن

### الفصل الاول :

درس المبارزة ... .. ٢١١

### الفصل الثانى :

الصفات التى تتوافر لدى مدرب السلاح ... .. ٢١٧

### الفصل الثالث :

نبذة عن فن المبارزة وأسس تكوين خطط اللعب ... .. ٢١٩

## الباب التاسع

التدريب فى المبارزة ... .. ٢٢٥

## الباب العاشر

القواعد العامة لسلاح الشيش ... .. ٢٣٣

## الباب الحادى عشر

### سلاح سيف المبارزة

#### الفصل الاول :

- ٢٩٩ ... ..  
أسلوب المبارزة بسلاح سيف المبارزة ...  
طريقة حمل ومسك سلاح سيف المبارزة  
وضع الاستعداد  
المسافة والمقاس فى سلاح سيف المبارزة  
حركات القدمين

#### الفصل الثانى :

- ٣٠٩ ... ..  
الدفاع فى سلاح سيف المبارزة ...  
الرد وأساليبه  
الهجوم والهجوم المضاد فى سلاح سيف المبارزة  
شرح مبسط لقواعد سلاح سيف المبارزة

## الباب الثانى عشر

### سلاح السيف

#### الفصل الاول :

- ٣٢٧ ... ..  
اسلوب المبارزة بهذا السيف ...  
مسك وحمل السلاح  
أوضاع المبارزة بسلاح السيف

حركات القدمين  
المسافة والمقاس فى سلاح السيف

## الفصل الثانى :

أنواع الضربات وعلاقتها بالهجوم فى سلاح السيف ... ٣٤٥  
اسلوب الدفاع فى سلاح الشيش  
اسلوب الرد فى سلاح السيف  
اسلوب التحكيم

## الباب الثالث عشر

### تنظيم المنافسات

طرق تنظيم المنافسات (فرق - فردى) واستخراج النتائج ٣٥٧  
جداول تسجيل المنازل والمباريات للفردى والفرق