



## الباب السادس



## الدفاع

### La Defense “Le Parade”

إن الدفاع فى المبارزة يلعب دوراً هاماً فى نتائج المباريات ولذا فهو يعتبر من المهارات الهامة فى رياضة المبارزة التى لا تقل أهمية عن الهجوم حيث أنه مهدف للرد فى تلك الرياضة.

وبصفة عامة فإنه عبارة عن الاتجاهات والأوضاع التى يتخذها اللاعب المدافع بغرض تحويل ذبابة نصل سلاح المهاجم عن الوصول إلى هدفه وتسجيل لمسة عليه. حيث أنه من الطبيعى أن أداء الدفاع يسبقه عادة هجوم من الطرف المنافس. وعادة لا يخرج الدفاع عن كونه نوعاً من المقاومة يقابل بها اللاعب المدافع حركة نصل اللاعب المهاجم، ويتخذ دائماً بطريقتين هما :

(١) الدفاع بالضرب Parade Du Tac

(٢) الدفاع بالغلاق (الفعل) Parade D’opposition

ولكلا الطريقتين مميزات الخاصة وكذا مساوئها، وإن كان الاتجاه الحديث يميل إلى استخدام الدفاع بالغلاق لأنه يعمل على إغلاق اتجاه الهجوم تماماً مع حجزه لنصل سلاح المهاجم فى مكانه وإعاقته عن القيام بأى حركة تمكنه من الهجوم ثانياً، وبجانب ذلك فإن هذه الطريقة تعطى اللاعب المدافع الإحساس الحركى بنصل سلاح المهاجم مع القدرة على التنبؤ بنواياه الهجومية التالية والاستعداد لها بالحركات المضادة المناسبة.

### صفات الدفاع الناجح :

لكى يكون الدفاع ناجحاً وموثراً يجب مراعاة الأسس التالية :

- ١ - أن تتناسب سرعة أداء حركة الدفاع وتوقيتها تناسباً طردياً مع سرعة أداء الهجوم الذى يأتى من المنافس.
- ٢ - تناسب نوع الدفاع مع طبيعة ونوع الهجوم.

٣ - يجب أن يغلق المدافع الهدف فقط وألا يتعدى نهاية الوضع الدفاعى حدود منطقة الهدف التى يقوم بالدفاع عنها.

٤ - يتم تنفيذ حركة الدفاع واتخاذ اتجاهها فى آخر لحظة من لحظات أداء حركة هجوم المنافس.

٥ - أن يتصدى الجزء القوى من نصل المدافع للجزء الضعيف من نصل المنافس المهاجم ويكون هذا التصدى بحدود النصل وليس بأسطحه.

٦ - يجب أن يكون الدفاع الناجح محبطاً ومشتتاً لهجوم المنافس وفى نفس الوقت يسمح للمدافع بأداء حركات الرد بسهولة.

وإذا ما تناولنا المدارس الخاصة بالمبارزة بالدراسة والتحليل من الناحية الدفاعية، فنجد أن المدرسة الفرنسية تستخدم أربعة دفاعات أساسية وهى: الدفاع السادس، والرابع، والسابع، والثامن وذلك لحماية الهدف، وقد سبق ذكر هذه الدفاعات فى فصل أوضاع المبارزة.

ونجد أيضاً أن اختلاف المدارس هو الذى يحدد الدفاعات التى تستخدم، فالمدرسة الفرنسية لها آراؤها فى استخدامها للدفاعات الأربعة السابقة حيث ترى أن هذه الدفاعات هى أكثر الدفاعات استخداماً وتؤدى بسرعة وهو المطلوب فى المبارزة الحديثة.

أما عن الأنواع الخاصة بحركات الدفاع من حيث الاتجاه الحركى فإن هناك أربعة أنواع رئيسية تتفق فيها وتستخدمها كل مدارس المباشرة وهى:

١ - الدفاع البسيط (المباشر - الجانبى - الأفقى) Le Parade Simple

٢ - الدفاع الدائرى Le Parade circulaire - Contre Parade

٣ - الدفاع النصف دائرى (Semi Contre) Le Parade Semi-Circulaire-

٤ - الدفاع بالتقاطع (القطرى) Le Parade Diagonale

وهناك أنواع أخرى تستخدم فى بعض المدارس التدريبية وهى:

Le Parade D'opposition	٥ - الدفاع بالتضاد
Le Parade Par Romber	٦ - الدفاع بالتقهقر للخلف
Le Parade Composee'	٧ - الدفاع المركب
Le Parade Avec Rompez	٨ - الدفاع بالتقهقر للخلف

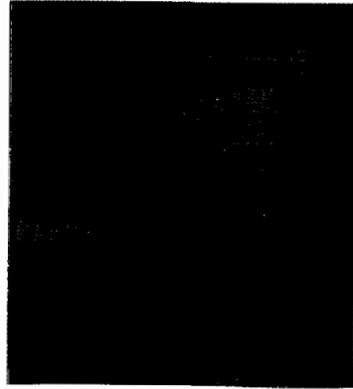
وستتناول بعض من هذه الأنواع بشيء من التفصيل .

### أولاً : الدفاع البسيط المباشر :

من الملاحظ أن الشكل الشائع للدفاع البسيط هو الانتقال عبر الهدف من جانب إلى جانب آخر في اتجاه موازى للأرض تقريباً، وهذه الحركة أصبحت تؤدي بطريقة منظمة ومحكمة وهي ما تسمى (بالدفاع البسيط) أو (المباشر) أو (الجانبى) أو (الأفقى) وذلك وفقاً لمسار حركة السلاح ونصله . وتتم عن طريق تصدى الجزء القوى من نصل المدافع للجزء الضعيف من نصل المهاجم ويتم إما بالضرب أو بغلق الاتجاه الذى تتجه إليه الهجمة ، والمسار الحركى يتم بنقل المدافع ليده الملحة وكذا السلاح عبر جسمه منتقلاً إلى الخط المقابل الذى كان يقف فيه قبل الهجوم عليه ، ويتم ذلك سواء فى الخطوط العليا أو فى الخطوط السفلى .



دفاع بسيط سادس



دفاع بسيط رابع

### الدفاع البسيط

## طريقة الأداء (الناحية الفنية) :

إذا كان التلاحم فى الخطوط العليا تؤدى حركة الدفاع بالانتقال بنصل السلاح من خط الدفاع السادس إلى خط الدفاع الرابع وذلك إذا كان هجوم المنافس متجهاً إلى الجزء العلوى الداخلى . والعكس إذا كان الهجوم فى الجزء العلوى الخارجى .

ومثال على ذلك : تلاحم فى السادس - هجوم المنافس بمغيرة فى الاتجاه الرابع - المدافع عليه الانتقال وصد الهجوم بنصل سلاحه فى الخط الرابع .

إذا كان التلاحم فى الخط السفلى تؤدى حركة الدفاع بالانتقال بنصل السلاح من خط الدفاع السابع إلى خط الدفاع الثامن إذا كان هجوم المنافس متجهاً إلى الجزء السفلى الخارجى، والعكس إذا كان الهجوم فى الجزء السفلى الداخلى .

ومثال على ذلك : التلاحم فى السابع - هجوم المنافس بمغيرة فى الثامن- على المدافع الانتقال إلى الخط الثامن وصد هجوم المنافس بنصل سلاحه .

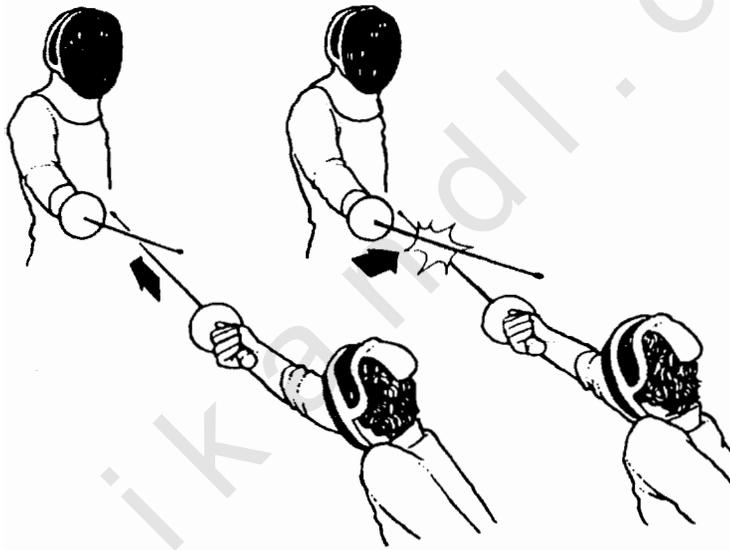
يراعى عدم ارتفاع أو انخفاض يد ورسغ المدافع، بل يتم الانتقال فى نفس المستوى من أمام الصدر مع بقاء المرفق أمام الجسم على مسافة مناسبة مع عدم تحريك السلاح وقبضة اليد أكثر مما ينبغى .

## متى يستخدم (ظروف الأداء) :

يتم استخدام هذا النوع من الدفاعات بنجاح إذا كان نصل المهاجم - عقب أدائه التغيير فى المغيرة أو القاطعة مثلاً وقبل أدائه الطعن - بعيداً عن نصل المدافع سواء أكان هذا البعد إلى اليسار أو إلى اليمين - فإن أداء هذا النوع من الدفاع يوفر حماية كبيرة للمدافع لأن المسافة التى سيحاول إخراج سلاح المهاجم إليها مسافة قليلة أفقية عما إذا كان النصلان قريبين من بعضهما .

## الخطوات التعليمية للدفاع البسيط:

- ١ - أولاً وقبل كل التحركات يجب أن يؤدي المدرس (المدرّب) النموذج الصحيح وإلقاء الأضواء على النقاط الهامة.
- ٢ - يقف التلاميذ في صفين متواجهين وكلاً منهما في وضع الاستعداد وينادي المدرس عليهم بالاتجاهات المطلوبة مثلاً : ينادي المدرس (رابع)، فيتجه كل منهم إلى الوضع الرابع وهكذا مع إصلاح الأخطاء.



الدفاع البسيط

- (التدريب الأول) : يقسم الفصل إلى مجموعتين (أ)، (ب) ويقفان متواجهين يمثل (أ) المدرسين و(ب) الطلبة ويتلاحمان في الوضع السادس .
- \* في العدة (١) يقوم الصف (أ) بأداء تهويشة مغيرة في الاتجاه الرابع .
- \* في العدة (٢) يقوم الصف (ب) بأداء الدفاع أي الانتقال إلى الوضع الدفاعي الرابع .

\* فى العدة (٣) يقوم الصف (أ) بأداء حركة الطعن، فتجه الذبابة الخاصة به خارج هدف (ب).

\* فى العدة (٤) يعود الصفان لوضع التحفز والتلاحم من جديد.

### (التدريب الثانى) : يقف الصفان متلاحمان فى الوضع السادس :

\* فى العدة (١) يقوم الصف (أ) بأداء تهويشة مغيرة فى الاتجاه الرابع.

\* فى العدة (٢) يقوم الصف (أ) بالطعن وفى نفس الوقت يقوم الصف (ب) بالاتجاه للوضع الرابع وبالطريقة السابق شرحها لإخراج الذبابة عن الهدف الخاص به منزلة على نصل (ب).

\* فى العدة (٣) يعود الصفان إلى وضع التحفز والتلاحم فى السادس.

### (التدريب الثالث) :

\* العدة (١) يقوم الصف (أ) بأداء تهويشة مغيرة كاملة مع الطعن وفى نفس الوقت يقوم صف (ب) بالاتجاه للرابع والدفاع عن هدفه.

\* فى العدة (٢) يعود الصفان إلى وضع التلاحم من جديد.

### (التدريب الرابع) :

\* يؤدى التدريب الثالث باستخدام الألفاظ بدلاً من العادات فىقوم صف (أ) بالنداء على صف (ب) (رابع Quarte) وذلك قبل قيامه بحركة المغيرة الكاملة فى التدريب لإعطاء اللاعب (ب) فرصة وتقدير زمن الاتجاه إلى الوضع الرابع.

### (التدريب الخامس) :

\* يؤدى نفس التدريب الرابع من اتجاهات مختلفة فى البداية.

### (التدريب السادس) :

\* يؤدى التدريب الرابع مع تغيير الهجمات بدلاً من مغيرة تكون قاطعة أو بمستقيمة مع الإحاطة علماً بأن فى الهجمة المستقيمة يجب أن يكون

صف (ب) فاتحاً لخط التلاحم ويقوم صف (أ) بالطعن فى الاتجاه المفتوح وينادى على صف (ب) بوضع التلاحم نفسه ولكن مع غلقه تماماً.

(التدريب السابع) :

\* يترك للطلاب القيام بالتدريب الحر، كل طالبين مع بعضهما ويتبادل التلاميذ أماكنهما أو صفتيهما مدرس أو طالب (أ، ب).

**ملحوظة :**

يسمى الدفاع البسيط باسم الخط الذى ينتهى فيه الدفاع. فمثلاً دفاع بسيط سادس إذا انتهى الهجوم فى الخط السادس وأغلق هذا الخط وكذا بالنسبة للخطوط الثلاثة الأخرى، فينادى المدرس parade Six مثلاً، وحينئذ يقوم الطالب بغلق الاتجاه السادس وهكذا.

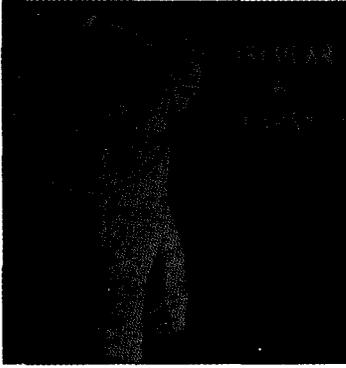
**ثانياً : الدفاع الدائرى :**

الدفاع الدائرى يستهدف العودة بنصل سلاح المهاجم إلى نفس الوضع الدفاعى الذى بدأ منه الهجوم وذلك بالدوران حول نصل سلاح المهاجم فى دائرة كاملة ذات مدى حركى صغير، والعودة إلى وضع الدفاع الأول. وعادة تكون اتجاه الدائرة مع عقارب الساعة إذا بدأ الهجوم من الوضع السادس وعكس عقارب الساعة إذا بدأ الهجوم من الوضع الرابع.

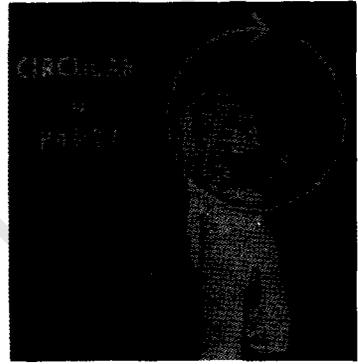
**طريقة الأداء (الناحية الفنية) :**

- ١ - يقوم اللاعب المدافع بالدوران برسغ اليد المسلحة حول نصل سلاح المهاجم.
- ٢ - عند الانتهاء من حركة الدوران يعود اتجاه ووضع النصل والذراع المسلحة إلى نفس الوضع الدفاعى الأول من جديد.
- ٣ - أثناء قيام اللاعب بدوران نصل سلاحه يجب ملاحظة ثبات مفصل المرفق وكذا الكتف.

- ٤ - يتم الدوران فى الخطوط العليا من أسفل نصل المهاجم، وفى الخطوط السفلى من أعلى نصل المهاجم.
- ٥ - يتم الدفاع بالجزء القوى ضد الجزء الضعيف من نصل المهاجم مع السيطرة عليه وإبعاده عن الهدف.
- ٦ - يجب مراعاة التوقيت المناسب ولذا يجب أن يتم الدفاع فى اللحظة الأخيرة قبل أن تصل فيها الذبابة الخاصة بالمهاجم إلى هدف المدافع.



الدفاع الدائرى



دفاع دائرى رابع

دفاع دائرى سادس

### متى يستخدم (ظروف الأداء) :

يمكن أداء هذا النوع من الدفاعات بنجاح فى حالة ما إذا كان نصل المهاجم - بعد أداء حركة المغيرة أو القاطعة - والذبابة الخاصة به قريبة إلى واقى ونصل المدافع، كما أنه يستخدم أيضاً بنجاح مع اللاعب الذى لا يودى هجومه الرئيسى إلا بعد حركة تهويشة مثل الهجمة العددية (١-٢) المركبة، حيث أنها تؤدى إلى إفساد حركة هجوم المنافس التالية.

### ملحوظة :

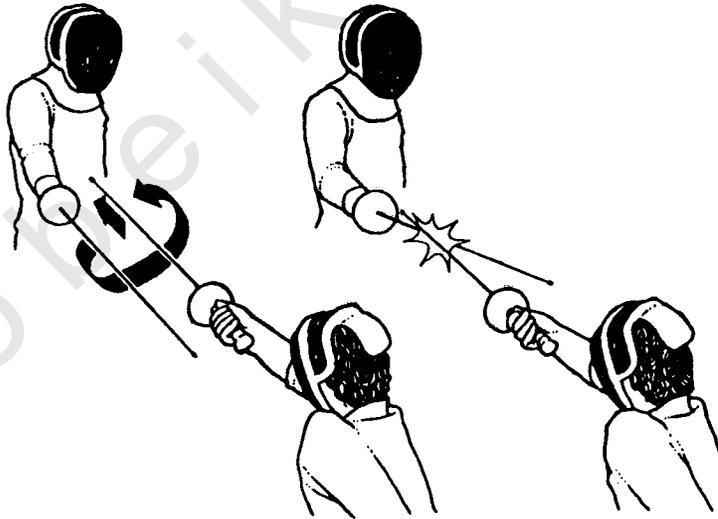
لكل دفاع بسيط دفاع دائرى مماثل فى الوظيفة والهدف مع الإحاطة بأن الدفاع البسيط ينتهى فى الخط المقابل لخط التلاحم الذى بدأ منه الهجوم، أما

الدفاع الدائرى فيتهى فى الخط الذى بدأ منه الهجوم. ومن هنا نجد أن الدفاع على هجمة مغيرة بدأت من الوضع السادس وانتهت فى الوضع الرابع فيمكن الدفاع عنها إما بالدفاع البسيط الرابع أو بالدفاع الدائرى السادس. وعلى هذا فإن الذى يحدد نوع الدفاع هو قرب أو بُعد ذبابة المهاجم عن نصل المدافع وكذا يتحدد بمدى إتقان المدافع لأى من النوعين وهذا فى المرتبة الثانية. ويتحسن أن يؤدى الدفاع مع أخذ خطوة للخلف ويلاحظ أن يؤدى الدفاع عند بدء نقل القدم الخلفية للخلف وينتهى منه عند وصول القدم الأمامية للخلف.

مع الأخذ فى الاعتبار مراعاة المسافة بين المنافس والمدافع حتى يسهل على المدافع أداء الرد بسهولة ويسر. وكذا يجب على اللاعب ألا يتمسك بأداء نوع واحد من الدفاعات حتى لا يمكن أن يشكل المهاجم هجومه على الدفاع الذى يتمسك به المدافع.

### الخطوات التعليمية للدفاع الدائرى:

يمكن التدرج بالخطوات التعليمية كما فى الخطوات التعليمية فى الدفاع المباشر البسيط. ولكن على صف (أ) الذى يقوم بعمل المغيرة أن يؤديها قريباً من نصل صف (ب) عند الهجوم حتى يسهل أداء الدفاع الدائرى مع النداء Contre Six مثلاً بدلاً من Quarte فى الدفاع البسيط، وهكذا.



الدفاع الدائرى

obeikandi.com

## المراجع

### أولاً: المراجع العربية:

- إبراهيم نبيل عبد العزيز : السيف عند العرب و صدر الإسلام، بحث منشور، المؤتمر العلمى، تطور علوم الرياضة، المجلد الأول، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا، مارس ١٩٨٧.
- إبراهيم نبيل عبد العزيز : الأسس الفنية والعلمية للمبارزة، كلية التربية الرياضية بالهرم ١٩٩٨ م.
- جمال عبد الحميد عابدين : أصول المبارزة، دار المعارف بمصر ١٩٧١ م.
- سمير الفقى، ورمزى التنبولى : المبارزة، الفتح للطباعة، الإسكندرية ١٩٩٤ م.
- عباس عبدالفتاح الرملى : المبارزة سلاح الشيش، دار الفكر، القاهرة ١٩٧٩ م.
- عمرو السكرى : دليل المبارزة، عالم المعرفة، القاهرة ١٩٩٣ م.
- مصطفى عبدالله : ١٠٠ سنة أولمبياد، القاهرة، وكالة الأهرام للتوزيع، د.ت.

### ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Amateur Fencing Association, "Fencing", England, 1983.
- **A.T. Simmonds, E.D. Morton**, "Fencing to win", Sportsman's press London 1994..
- **Daniel Revenu** "Initiation a' L'Escrime", Paris, 1985.
- **Maxwell. R.**, "Foil Fencing", Pensylvania state University U.S.A 1981.
- **Muriel Bower**, "Foil Fencing", Brown and Benchmark, 7 ed U.S.A 1993.