

الدفاع

الدفاع الرابع

١. د مصطفى حسن عبد الكريم

٢. د سكنية شاكر حسن



الدفاع: هي حركات تفادي نصل الخصم او هي حركات دفاعية تؤدي بالسلاح لمنع المهاجم من الوصول الى الهدف.

- ويعد من المهارات الهامة في رياضة المبارزة التي لا تقل اهميته عن الهجوم فهو يعتبر ممد للرد بالمبارزة ففيه يتمكن اللاعب المدافع من إفشال الهجوم الذي يقوم به اللاعب المهاجم من خلال منع وصول ذبابة المهاجم الى هدف المدافع عن طريق صد أو أزاحه السلاح مع الذبابة باتخاذ أحد الازضاع الدفاعية الاساسية.



• فالدفاع عبارة عن مجموعة من الحركات أو الاتجاهات أو الاوضاع التي يؤديها اللاعب المدافع ليتمكن من منع أو رد أو تحويل ذبابة نصل سلاح المنافس من الوصول إلى الهدف وتسجيل اللمسة والذي يسبقه عادة هجوم من جانب اللاعب المنافس لحماية منطقة الهدف الخاصة والتي تمنع وصول الهجوم إليه.



• شروط الدفاع الناجح:

- 1- يجب أداء حركة الدفاع بسرعة تتناسب طردياً مع سرعة الهجوم من جانب اللاعب المنافس.
- 2- يتم تنفيذ حركة الدفاع واتخاذ اتجاهها على آخر لحظة من لحظات أداء حركة هجوم المنافس.
- 3- يجب ان لا يتعدى لاعب المباراة الدفاع، نهاية حدود منطقة الهدف التي يقوم بالدفاع عنها (لا تكون الدفاعات واسعة).



• 4- ان يتناسب نوع الدفاع مع طبيعة ونوع الهجوم.

• 5- ان يتصدى الجزء القوي من نصل سلاح اللاعب المدافع للجزء الضعيف من نصل سلاح المنافس المهاجم. (لا يحتسب الدفاع في حالة ضرب المدافع سلاح الخصم في الجزء القوي)

• 6- يجب ان يكون الدفاع الناجح لا غيا لهجوم المنافس وفي نفس الوقت يسمح للاعب المدافع بأداء حركة الرد بسهولة.

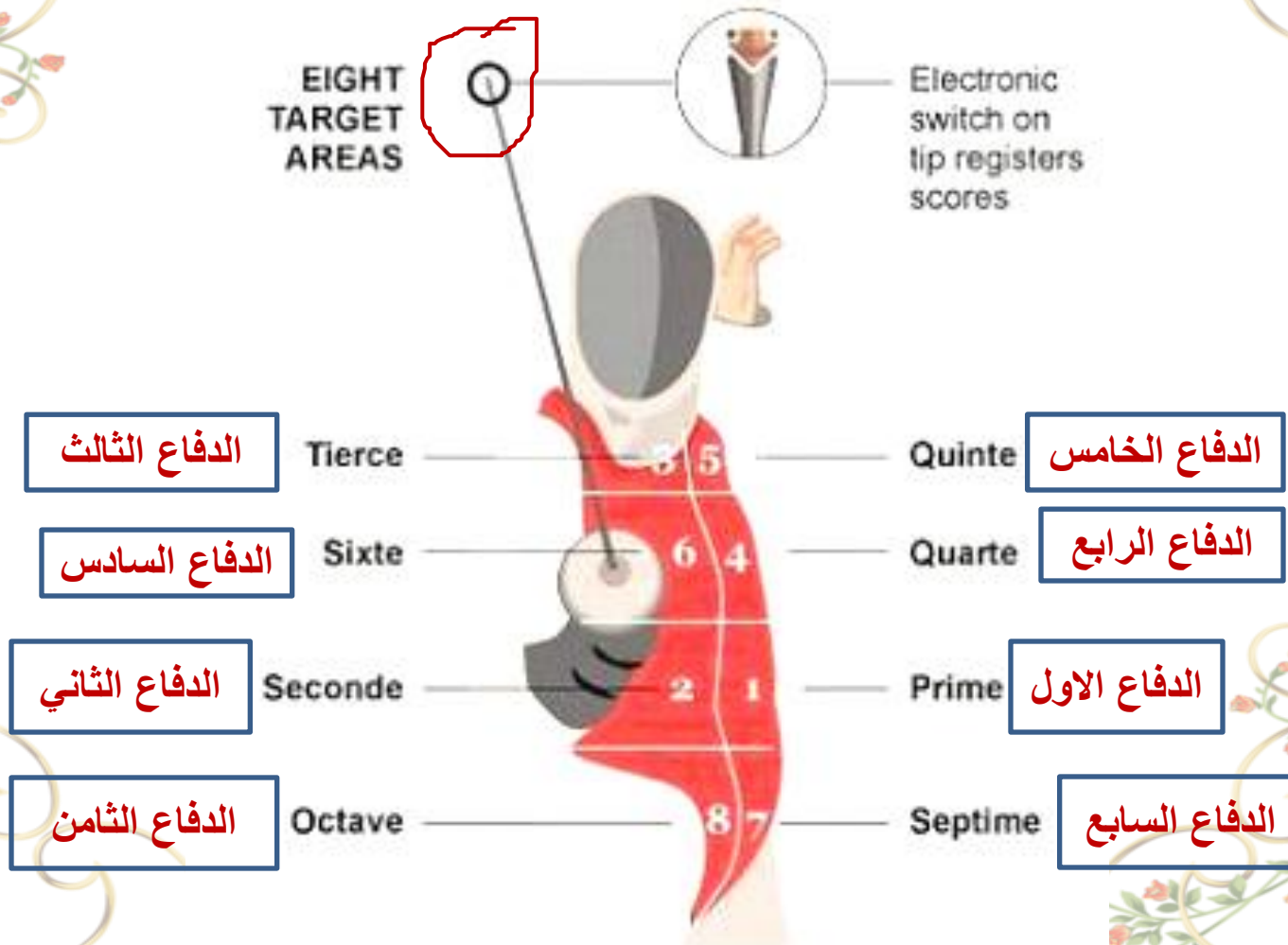


• أنواع الدفاع

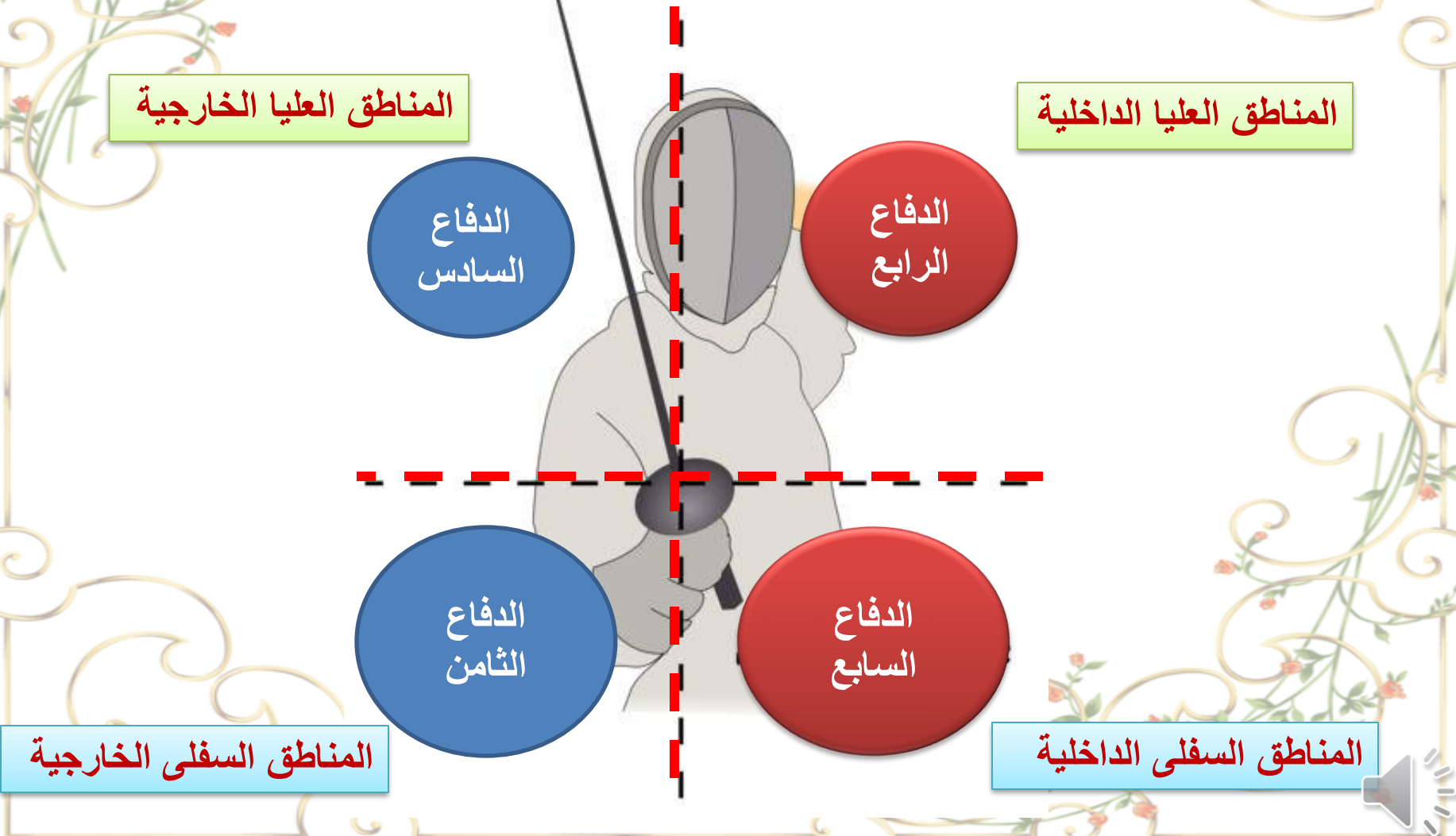
- إن الهدف القانوني الخاص بسلاح الشيش يشتمل على المنطقة الأمامية من الجذع ومنطقة الظهر، إذ تم تقسيم هذه المنطقة بخط وهمي إلى ثمانية مناطق بواسطة خطين وهميين متعامدين ومتقاطعين في منتصف الصدر وعندما تتخذ اليد المسلحة الشكل الذي يتناسب مع كل اتجاه أو قسم أو منطقة، وبذلك يصبح وضع اليد هو ما يطلق عليه نوع الدفاع الخاص بكل منطقة أو قسم .



أنواع الدفاع



المناطق الدفاعية الأساسية الأكثر شيوعا



- توجه الهجمات إلى هذه المناطق الاربعة لتسجيل اللمسات لذلك يضطر اللاعب المدافع لغلق هذه الاتجاهات اثناء الهجوم لمنع حدوث اللمسة، عن طريق تحريك الذراع المسلحة باتجاه سلاح المنافس.
- تحديد وضع اليد والذراع المسلحة بالشكل المناسب مع اتجاهات سلاح اللاعب المهاجم.



• أهمية المناطق الدفاعية:-

• تعد كوضع ابتدائي تؤدي منه حركات الهجوم الخاصة بالمبارزة.

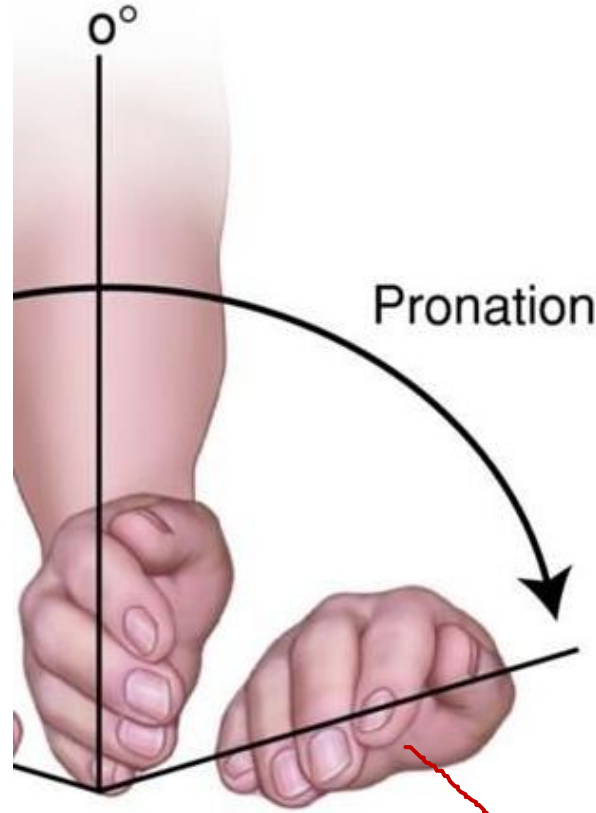
• تحديد نوع الدفاع الملائم لحماية منطقة الهدف التي يدافع عنها المدافع.



- الدفاع الرابع:
- يكون الدفاع الرابع مسؤولاً عن الدفاع على المناطق العلوية الداخلية من الهدف القانوني.
- يؤدي الدفاع بنقل السلاح الى جهة اليسار من خط التبارز بمستوى افقي، اي الانتقال يكون من جهة اليمين الى جهة اليسار اذا كان اللاعب يمسك السلاح باليد اليمنى والعكس صحيح.
- المرفق مثني اثناء الاداء، واليد بين وضع الرابع والسادس، الى الداخل قليلاً بحيث يكون اتجاه الكف الى الأرض. مقدمة السلاح فوق اليد وعلى بعد بضع سنتيمترات لليسار لكتف الخصم الايمن.
- الدفاع الرابع يكشف الصدر او المنطقة الخارجية العلوية لصدر المنافس ويكون الرد من قبل المدافع على المناطق المكشوفة.



وضع اليد عند أداء الدفاع الرابع

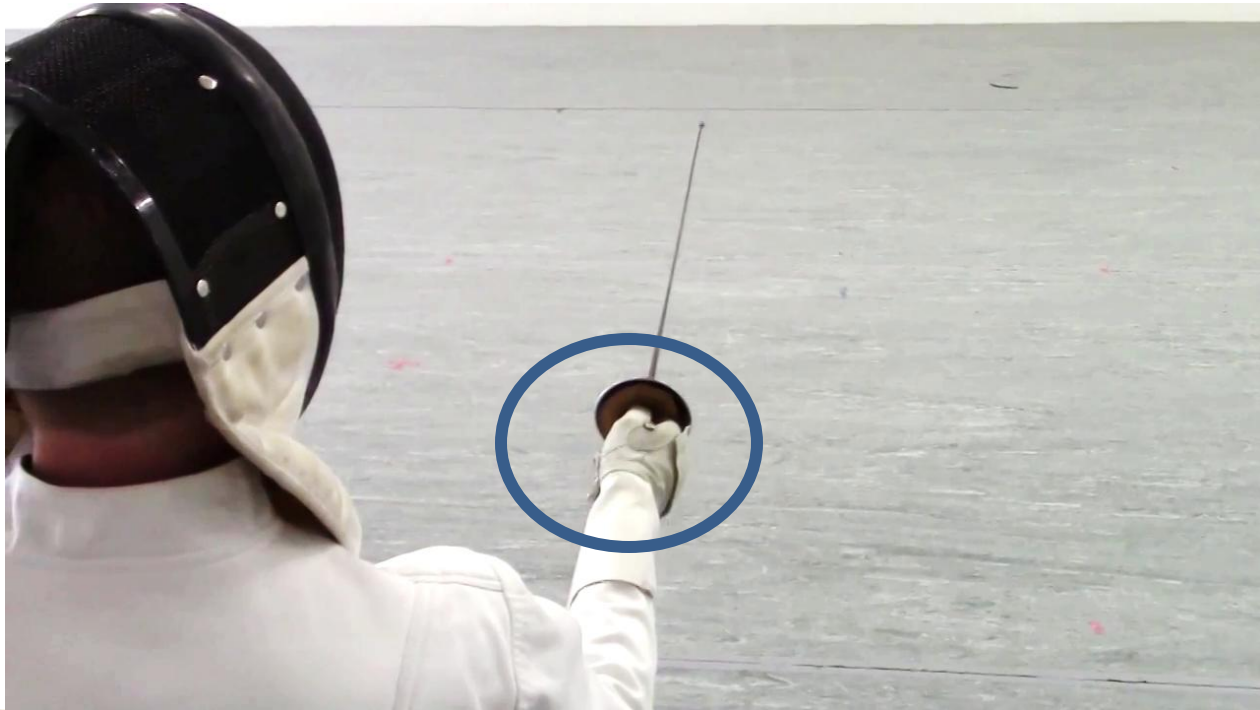


فديو يوضح كيفية أداء الدفاع الرابع

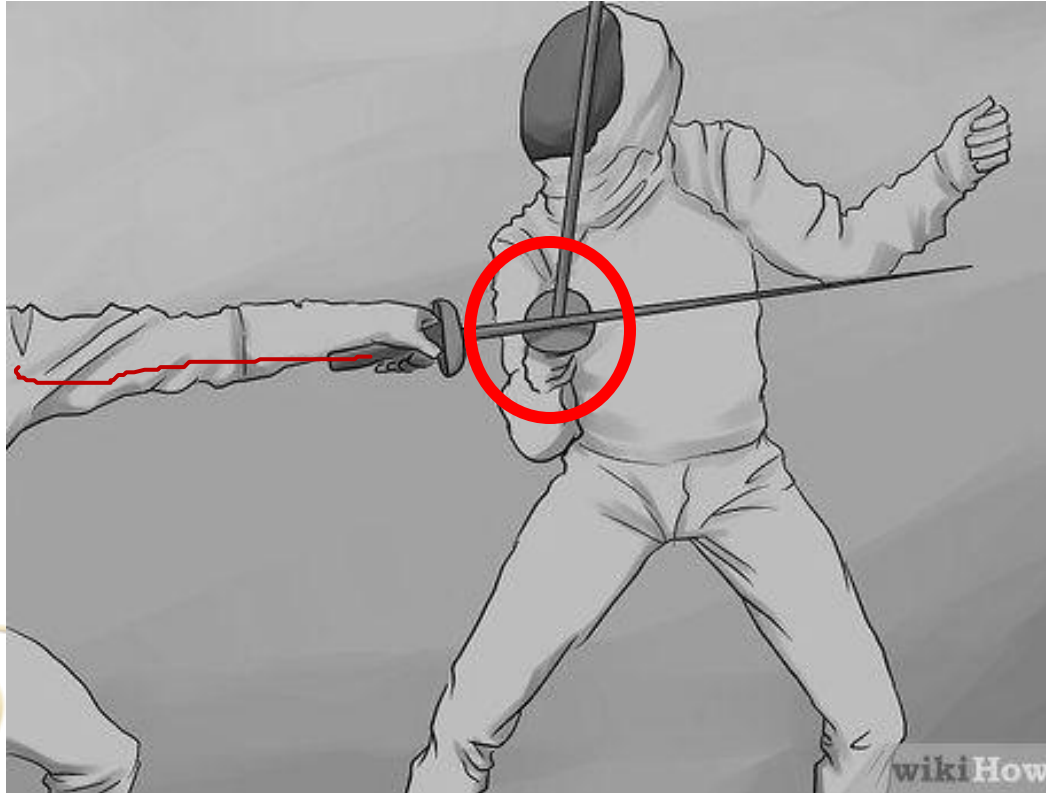


• الخطوات التعليمية لأداء الدفاع الرابع: -

- كما تم شرحه سابقا بان وضع اليد يكون بين وضع الدفاع الرابع السادس وكما هو موضح في الصورة.



- يتم عمل هذا التمرين خلال الدرس.
- العدة الأولى: يقوم اللاعب المهاجم بعمل الهجوم الغير مباشر ثم مد الذراع والتوقف.
- العدة الثانية: يقوم اللاعب المهاجم بالطعن ويقوم اللاعب المدافع بعمل الدفاع الرابع عن طريق تحريك اليد وكما تم شرحه سابقا من جهة اليمين الى جهة اليسار وكما هو موضح في الصورة ادناه.

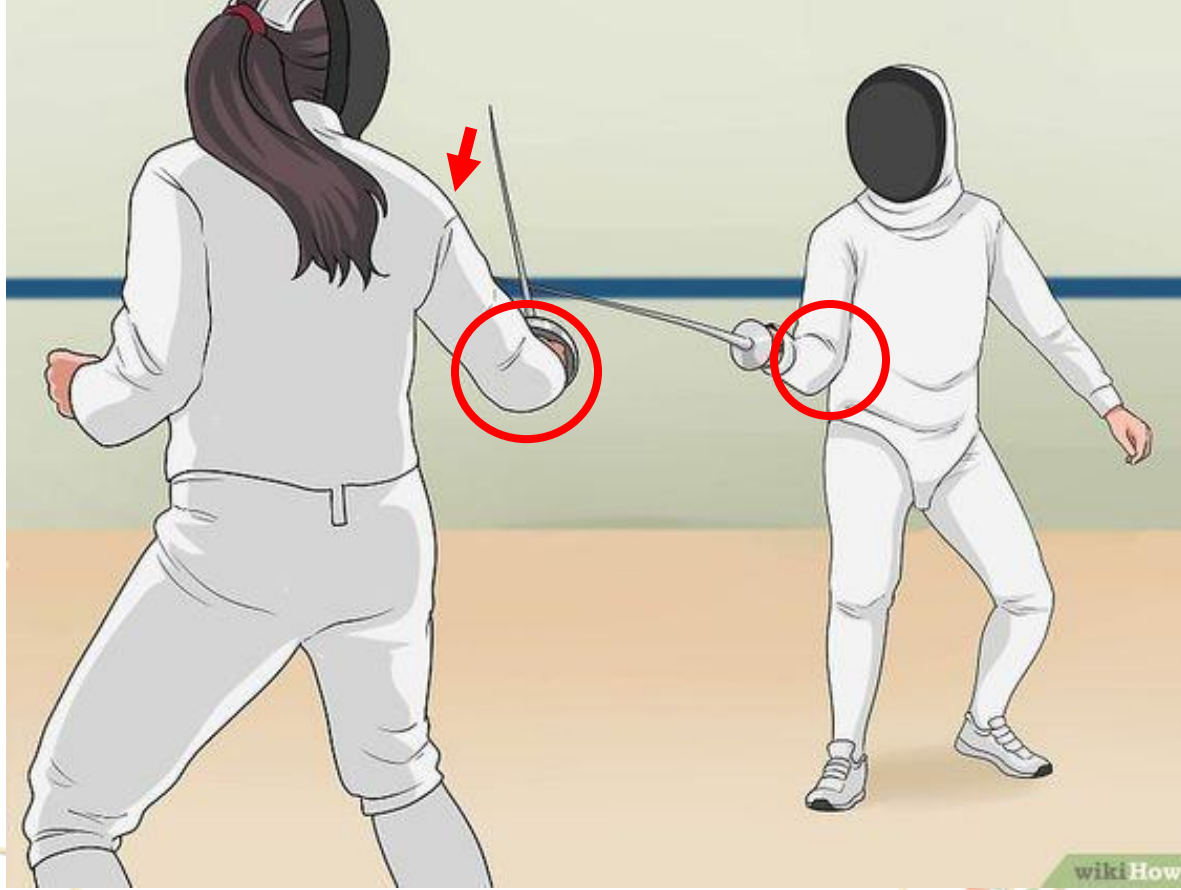


• الأخطاء الشائعة:-

- 1- تحريك الساعد وقبضة اليد بمدى حركي واسع للداخل بعيداً عن نطاق الهدف المراد الدفاع عنه.
- 2- مد الذراع المسلحة مدّاً كاملاً من مفصل المرفق اثناء تحريك الذراع الى جهة اليسار عند الدفاع.
- 3- الاتجاه بالساعد وقبضة اليد إلى الخلف نحو الجسم حتى تكاد تلامسه وليس الى الامام.
- 4- الدفاع قبل تحرك اللاعب المهاجم.
- 5- الدفاع يكون بالجزء الضعيف واليس القوي من السلاح.



شرح الأخطاء بالصورة



فديو يوضح كيفية أداء الدفاع الرابع





وبهذا نكون قد أكملنا محاضرة هذا الاسبوع
نلتقي في الاسبوع القادم تمنياتي لكم بدوام
الصحة والعافية والموفقية والنجاح

