❖ الإعداد للهجوم

وهي عبارة عن عدة حركات يقوم بأدائها اللاعب المهاجم قبل تنفيذ الهجوم ، وتتضمن عملية الإعداد للهجوم عدة حركات تمهيدية نصلية تختلف كل منها عن الأخرى بطريقة الأداء وظروف استخدامها ، ولكنها تشترك بصفة الاشتباك بنصل سلاح المنافس لفترة زمنية قليلة ، والغرض منها هو فتح الطريق وتسهيل مهمة الوصول بالذباية إلى هدف المنافس وتسجيل اللمسة .

يمكن أن يكون الهجوم مؤثراً عند ضمان اللاعب المهاجم المسافة بينه وبين منافسه والقيام بإحدى الحركات التمهيدية التي تسبق الهجوم الرئيس ، ويتم أداء هذه الحركات بالانتقال أو الانفصال أو السيطرة الكاملة والمستمرة على نصل سلاح المنافس وبالطرق الآتية .:

- الهجمات النصلية (الهجوم على النصل) .
- المسكات النصلية (السيطرة على النصل) .

أولاً : الهجمات النصلية :

وتؤدي هذه الحركات باستعمال القوة العضلية المناسبة والكافية لكل حركة منها بما يحقق الغرض الرئيس ، المطلوب من أدائها وهو التمهيد للقيام بحركة هجومية بسيطة أو مركبة في نفس اتجاه الحركة التمهيدية . والهدف منها هو تشتيت انتباه المنافس لفتح ثغرة عن طريق إزاحة نصل سلاح المنافس خارج منطقة الهدف أو دفاع سلاحه للاستجابة بواسطة الضرب فيصبح الاتجاه المعاكس للهدف مفتوحاً مما يسهل تسجيل اللمسة .

تتم الهجمات النصلية بالطرق الآتية :

- حركة الضرب :

تعد حركة الضرب من الهجمات النصلية الأكثر شيوعاً واستعمالاً في المبارزة ، إذ إنها سهلة الأداء ولا تحتاج من اللاعب إلى مجهود كبير ، وتأثيرها واضح على نصل سلاح المنافس .

المحاضرة الثامنة عشر المرحلة الثالثة / مادة المبارزة

والغرض من أداء حركة الضرب هو الحصول على رد فعل مناسب من جانب المنافس لإبعاد نصل سلاحه لأداء حركة الهجوم الرئيسية .

يتم الضرب بالقسم المتوسط لنصل السلاح على القسم الضعيف لنصل سلاح المنافس في المسافة القريبة وذلك لإتاحة الفرصة لقيام اللاعب المهاجم بأداء حركة السيطرة على نصل السلاح .

أما في المسافة البعيدة فيتم الضرب بالقسم الضعيف لنصل سلاح المهاجم على القسم الضعيف نصل سلاح المنافس وذلك لحصول اللاعب المهاجم على رد فعل معين من قبل المنافس للقيام بحركة الهجوم البسيط المباشر أو غير المباشر .

الخطوات التعليمية لأداء حركة الضرب :

1. من الاتجاه السادس يوجه أحد اللاعبين نصل سلاحه نحو الاتجاه المقابل لنصل سلاح المنافس ممتداً قليلاً بذراعه المسلحة .
2. يقوم اللاعب المنافس بتحريك الذراع المسلحة مع السلاح في حركة ضاربة قاذفة ذات مدى حركي قصير إلى الاتجاه المطلوب على أن يتقاطع النصلان عند نقطة التلامس أثناء الضرب .
3. يترك نصل سلاح المنافس نصل سلاح اللاعب مباشرة فور حدوث الاصطدام مرتداً نحو الاتجاه الذي بدأت منه حركة الضرب.
4. بعد الانتهاء من حركة الضرب مد الذراع المسلحة للأمام وأداء حركة الطعن .

متى تستخدم حركة الضرب ؟

1. عندما لا ينتظر المنافس الهجوم عليه بهذا النوع ومفاجأته بهذه الحركة .
2. إذا وجد اللاعب المهاجم أن المسافة بينه وبين منافسه متقاربة وتسمح له بالوصول للهدف وتسجيل اللمسة .
3. في حالة قيام المنافس بضرب نصل السلاح بهدف التمويه والخداع ، عندئذ يمكن الرد عليه بضربة مماثلة والقيام بالهجوم الرئيس المباشر .

المحاضرة الثامنة عشر المرحلة الثالثة / مادة المبارزة

4. إذا استطاع المنافس الهروب بنصل سلاحه أثناء المحاورة ، ففي هذه الحالة يمكن الهجوم عليه بحركة الضرب مباشرة .

• حركة الضغط :

وهي من الحركات التمهيدية للهجوم (الهجمات النصلية) التي تتم عند التحام النصلين بالدفع الخفيف على الجزء المتوسط نصل سلاح المنافس يتبعها هجوم مباشر بالطعنة المستقيمة المباشرة أو بتغيير الاتجاه في حالة استجابة رد فعل المنافس لحركة الضغط الواقعة على نصل سلاحه .

تعطي حركة الضغط للاعب حساسية كبيرة لنصل سلاح المنافس ومعرفة مدى ثبات نصله وقوة قبضته ومدى سرعة رد الفعل لديه للتأثيرات الخارجية والتي على أساسها يستطيع تحديد نوع واتجاه الحركات الهجومية المناسبة والقيام بها ضد منافسه .

يجب أن تؤدي هذه الحركة باستخدام أصابع اليد والرسغ بمرونة عالية لتجنب هروب نصل سلاح المنافس .

الخطوات التعليمية لأداء حركة الضغط :

1. من الاتجاه الدفاعي السادس يلتحم نصل اللاعبين بالجزء المتوسط لسلاح اللاعب المدافع مع الجزء الضعيف لنصل سلاح اللاعب المهاجم عند نقطة معينة .
2. يبدأ اللاعب المهاجم بالضرب على نصل سلاح المدافع وبالمقابل يقوم اللاعب المدافع بالضغط على نصل سلاح المهاجم عند النقطة التي تم فيها التلامس بين النصلين .
3. يقوم اللاعب المدافع بالضغط على نقطة التلامس باستخدام أصابع اليد المسلحة والساعد مع تثبيت مفصل الرسغ بقوة كافية لتثبيت نصل سلاح المنافس في مكانه .

متى تستخدم حركة الضغط ؟

المحاضرة الثامنة عشر المرحلة الثالثة / مادة المبارزة

- عند تغيير الالتحام من اتجاه لآخر وخاصة من جانب اللاعب المدافع .
- عندما يحاول المدافع الالتحام مع نصل سلاح المهاجم بهدف إغلاق الاتجاه والسيطرة عليه .
- عند ملاحظة الاستجابة السريعة من المنافس للتأثيرات الخارجية .

• حركة السحق (الانزلاق) :

تعد من أقوى الحركات التمهيدية (الهجمات النصلية) تأثيراً على سلاح المنافس . وهي حركة تلامس مستمر بالجزء المتوسط لنصل سلاح المهاجم وذلك بالانزلاق الكامل من أعلى الجزء الضعيف وحتى الجزء المتوسط لنصل سلاح المنافس في اتجاه أمامي وإلى أسفل في الخطوط العليا للمبارزة .

الخطوات التعليمية لأداء حركة السحق :

1. من الاتجاه الدفاعي السادس يتلامس نصل سلاح اللاعب المهاجم الجزء المتوسط منه مع الجزء الضعيف لنصل سلاح اللاعب المدافع .
2. يقوم المهاجم بالضغط بقبضة يده الممسكة بمقبض سلاحه بقوة على نقطة التلامس ثم يبدأ بالانزلاق بنصل سلاحه من أعلى لأسفل على طول نصل سلاح المدافع بحركة سريعة للأمام مع مد الذراع المسلحة من مفصل المرفق .
3. بعد استكمال مد الذراع المسلحة يترك نصل المهاجم نصل سلاح المدافع ويقوم بأداء حركة الطعن لتسجيل اللمسة .

متى تستخدم حركة السحق ؟

- عندما يضع المنافس نصل سلاحه في اتجاه موازٍ للأرض .
- عندما يقف المنافس وذراعه المسلحة بشيء من القوة و يغلق خط الدفاع جيداً .
- عند اتخاذ المنافس أوضاعاً ثابتة بنصل سلاحه مهدداً منطقة الهدف دون أداء حركات هجومية أخرى .