

الجمهورية العربية السورية

جامعة حماة

كلية التربية الرياضية

السنة الثالثة

الفصل الثاني

القسم النظري

المبارزة



اعداد : الانسة أريج وسوف

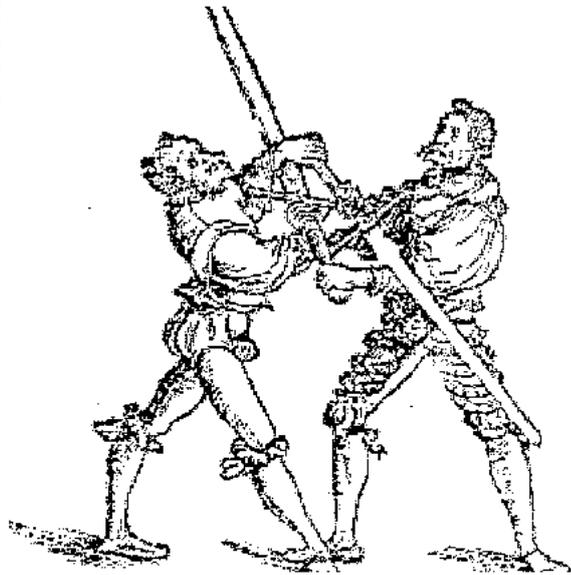
العام الدراسي : ٢٠١٨ - ٢٠١٩

احتلت المسابقة أو المبارزة المكانة الأولى بين الأسلحة القديمة فقد استخدمت في الحروب الجماعية والقتال الفردي، وبقي السيف والرمح هما السلاحان الأساسيان إلى أن اخترع الإنسان الأسلحة النارية المختلفة.

واستخدم الصينيون المبارزة في القرن العشرين قبل الميلاد، وعرفها قدماء المصريين حيث ظهر ذلك من خلال النقوش التي وجدت عام ١١٩٠ ق.م، على جدران المعابد الفرعونية القديمة .. وفيما بعد أصبح السيف هو سلاح الفيلاء ورمز الفروسية خاصة في إيطاليا وفرنسا، وأصبحت المبارزة أمراً أو حدثاً مخيفاً، إلى أن منعها الملك شارل التاسع بقرار رسمي ولكن لم يمنع تعلمها.

ودخل فن المبارزة بالسيف وتنظيمها إلى حيّز الوجود حيث تطورت فسيه الملابس والأدوات المستخدمة.. فأصبح وزن السيف أخف من ذي قبل والملابس تختلف عن تلك التي كان يلبسها المحاربون القدماء ووضعت لرياضة المبارزة قوانين تحكمها وتحولت من ساحات القتال إلى ميادين الرياضة، وظهر فيها اللاعبون وهم يؤدون الحركات الرشيق والمهارات الفنية العالية.

وفي عام ١٤١٠م ظهرت بعض المؤلفات عن المبارزة للإيطالي الفيوري دي ليبري ثم ظهر كتاب آخر للألماني (تالهورف) عام ١٤٤٣م بعنوان: كتاب المبارزة. ثم كان أول الكتب الإسبانية في المبارزة عام ١٤٤٧م والذي كتبه الإسباني دي ساجودي هاليرا.





المبارزة اليابانية التقليدية

ومع مشارف القرن السادس عشر انتشرت هذه الرياضة في كل من إيطاليا، وفرنسا، وألمانيا، ويعتبر الفرنسي (سانت ديديه) أول من أسس رياضة المبارزة الفونسية ١٥٧٣م. وقد ابتكر الإيطاليون نوعاً من أنواع المبارزة عُرفَ بـ «سلاح الشيش» الفلورييه - Foil واستخدم هذا الأسلوب في الدفاع والهجوم بحركات معينة، ثم ظهرت المدرسة الإسبانية التي استحدثت بعض الحركات بالقدمين والهجوم والدفاع، مما ساعد على تطور اللعبة واتساع دائرة الابتكارات والتفنن في اختراع حركات متعددة لها طابع مميز في أداء اللعبة بصورة بديعة. ومما ساعد على انتشار هذه الرياضة في أوروبا هو تطوير الإيطاليين لها مع تخفيف الملابس، والسيوف، وظهرت فيما بعد المدرسة الفرنسية التي أعدت للعبة القوانين والأساليب المختلفة في التحكيم. وقدّم الإيطاليون أيضاً سلاح السيف - سيف الحسام (الساير) وهو أخف أنواع الأسلحة المستخدمة وكان ذلك بنهاية القرن التاسع عشر.

وجدير بالذكر أن أسلوب التحكيم تطور بشكل مذهل، فقد كان عبارة عن حكم وشاهد وطبيب لكل مبارز، ثم تطور إلى أن صار حكم ساحة، ومسجل نتائج، مع وجود حكم رئيسي لكل بطولة. ثم تطورت أساليب التحكيم، وتم ابتكار جهاز كهربائي لاحتساب النتائج، واستخدم هذا الجهاز في البداية لاحتساب نتائج مباريات - الايبويه - سيف المبارزة. ثم تطور الجهاز إلى أن أصبح يحتسب به نتائج مباريات - الفلورييه - سلاح الشيش - ثم سلاح السيف - الساير. وفي عام ١٧٧٢م تأسس أول اتحاد لمدربي المبارزة وكان في فرنسا. وفي عام ١٨٥٢م أي بعد (٨٠ عاماً) وضع شارل بشارد قوانينها ونظّم هذه اللعبة التي ما لبثت أن دخلت الألعاب الأولمبية العام ١٨٩٦م. وفي ١٩١٢م مثل العرب لاعب شيش واحد وهو أحمد حسنين باشا اللاعب العربي الوحيد في الأولمبياد من مصر.

وظهر الاتحاد الدولي للمبارزة أول مرة عام ١٩١٢م حيث جاء الماركيز شاسلوب لوياني ١٩١٤م ووضع قوانين ونظماً أخرى تم تعديلها عام ١٩٢١م حيث استخدم الجهاز الكهربائي لأول مرة في احتساب وتسجيل

اللمسات إلكترونياً عام ١٩٢٤م مما سهّل ممارسة اللعبة بشكل كبير.

لكنها جاءت بثوبها الجديد إلى الدول العربية وأصبح لها اتحاد عربي أنشئ عام ١٩٦٢م ووصل عدد الدول الأعضاء فيه إلى أكثر من (١٢) دولة عربية حققت لها حضوراً كبيراً في المحافل التنريفية والدولية لرياضة المبارزة بالسيف كافة. ومن الدول العربية التي لها حضور متميز على مستوى العالم في المبارزة حيث حقق لاعبون عرب من تلك الدول المراكز الأولى في البطولات العالمية دولة الكويت والمملكة العربية السعودية وجمهورية مصر العربية والمملكة المغربية، ودولة قطر، والمملكة الأردنية والجمهورية التونسية، وجمهورية الجزائر.

المبارزة عند الأمم القديمة

في اليابان:

يحدثنا التاريخ عن أروع أسطورة عن السيف، قصة سيف اليابان المقدس الذي يعود عهده إلى أكثر من ألفي عام مضت، حيث تقول الأسطورة: إن الأمير ياماتوتا نوميكيو استطاع أن يقضي بسيفه على العشب الملتهب الذي أحاط المكان الذي كان يعيش فيه واستطاع أن ينجو من الموت بأعجوبة ثم تعاقبت الروايات والأساطير عن ذلك السيف، وكيف استطاع قهر الأعداء خاصة في شرق اليابان.

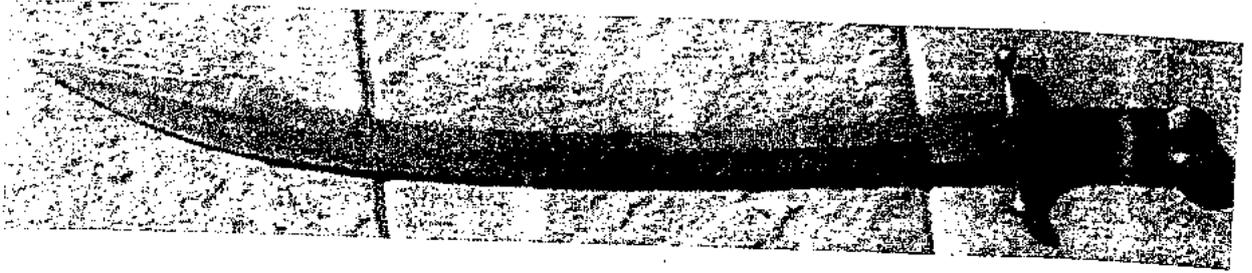
وعندما قامت الحكومة اليابانية في عام ١٩٣٥م بنقل هذا السيف إلى نيو آكوستا في مدينة ناجويا تقرر آنذاك أن يكون ذلك اليوم الأول من تشرين (أول أكتوبر ١٩٣٥م) عيداً قومياً في اليابان، وقد ساهم في مراسم نقله حوالي نصف مليون مواطن، وبعد هذا الحدث فريداً من نوعه في العالم حيث حظي السيف باهتمام شعبي ورسمي كبيرين.

في الهند:

حيث كان للمبارزة، اهتماماً كبيراً في الهند وقد وجد في أحد الكتب الهندية ما يدل على ذلك، وكان الهنود الأوائل «الأساتذة منهم» يعطون دروساً للمبارزة في أماكن عامة أمام طيقات الشعب لتشجيعها ونشرها بين الناس ومحبي هذا النوع من الرياضة.

في اليونان:

أولى الحكام اهتماماً كبيراً وعناية بالغة بالمبارزة التي باتت تدخل ضمن التدريبات العسكرية وأنشئت مدارس خاصة لتعليم المبارزة، ثم انتشرت في ما بعد بين طبقات الشعب المختلفة.. ومن ثم إلى بلاد أوروبا.. كما ذكر سابقاً في إيطاليا، إسبانيا، فرنسا، إلى أن أصبحت من الألعاب الأولمبية حالياً.



سيف عربي تقليدي

المبارزة العربية

تعدّ المبارزة هي رياضة الفيلاء.. رياضة الملوك والأمراء.. ومنطقة شبه الجزيرة الغربية بل منطقة الشرق الأوسط بصفة عامة هي مهد رياضة المبارزة، وبانعودة إلى الأصول التاريخية العريقة نجد أن المبارزة بدأت عند العرب فكان لهم الفضل الأكبر في رقيها وارتفاع درجات المستوى العام لها وكان شأنهم في ذلك شأن غيرهم في استخدام أنواع الأسلحة وظهرت المبارزة على امتداد العصور الأولى ما قبل الإسلام وعصر صدر الإسلام، والدولة العباسية، ومن ثم تطورت المبارزة فيما بعد.

وكان من بين العرب الأبطال البارعين في استخدام السيف خالد بن الوليد الملقب بسيف الله المسلول، وعلي بن أبي طالب - كرم الله وجهه - وغيرهما من الصحابة رضوان الله عليهم أجمعين.. وغير ذلك، فقد تفنن العرب الشعراء وتباهوا بمهارتهم وفروسياتهم وقوتهم في المبارزة.

ومن أبطال العرب المسلمين في عهد رسول الله ﷺ نجد علي بن أبي طالب (كرم الله وجهه) وعمر بن الخطاب (رضي الله عنه) وعم الرسول ﷺ حمزة بن عبد المطلب وغيرهم من الصحابة الكرام رضوان الله عليهم أجمعين قد اهتموا بالسيف، وخبروا قيمته وأهميته.

وكان لرسول الله ﷺ سيفاً غنمه يوم بدر يُسمّى (ذا الفقار) الذي صار لعلي بن أبي طالب من بعده.

من أسماء السيف:

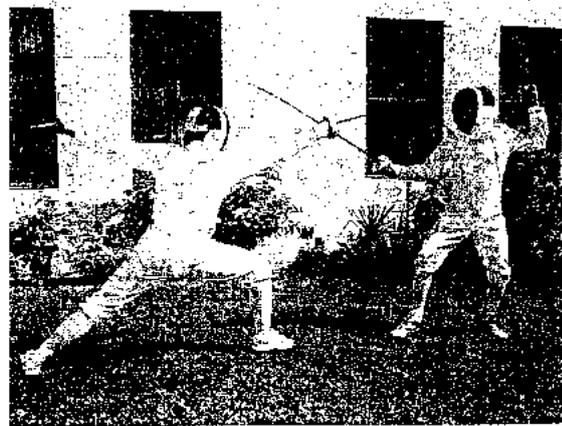
من أسماء السيف عند العرب الحسام، المنهتد، مطح، وقيع، مرهف، إبريق وهو (شديد البريق)، أبيض، أزود وهو (القاطع)، صليت وهو (الصقيل)، أغلف وهو (ماله غلافة)، باتر وهو (القاطع)، بتار وهو اسم لأحد سيوف الرسول الكريم ﷺ، أما سيف مالك بن زهير فقد أطلق عليه (ذو التون).. وغيرها من الأسماء العديدة التي ذكرت في كتب المبارزة بالسيف.

المبارزة هي رياضة الهجوم والدفاع بين متنافسين يحاول كل منهما لمس الآخر بسلاحه (إما سيف مبارزة - أو سلاح شيش - أو سلاح السيغ) وهي ليست فقط مجرد رياضة يشغل بها المرء وقت فراغه أو اكتساب مهارة جديدة نافعة في الحياة أو خبرات مكتسبة للاعب ولكن الأكثر من هذا وذلك أنها مهارة معينة كما وصفها خبراء الطب الرياضي لعلاج الانحرافات البدنية والتشوهات، وبصفة خاصة انحناءات العمود الفقري.

كما أنها تنمي قوة التحمل والصبر لدى اللاعبين والقدرة على التوافق العضلي - العصبي حيث يركز اللاعب جيداً لإحراز اللمسات مع عمل حركات بدنية عضلية في الهجوم أو الدفاع مع سرعة التفكير السليم، وهي تزيد من مدى استجابة اللاعبين من حيث سرعة البديهة ورد الفعل الصحيح حيث أنها تعتمد على أن يكون اللاعب دائماً في حالة يقظة ولديه سرعة رد الفعل الإيجابية.

احتياجات لاعب المبارزة:

كما هي معروفة في الأوساط الرياضية باسم سلاح الشيش، فإنها رياضة حديثة دخلت ضمن الألعاب الأولمبية منذ عام ١٨٩٦م حيث كانت أول بداية لها.. وهي تحتاج إلى لياقة بدنية عالية يتمتع بها اللاعب لتركيزه في إحراز اللسعة في مكان الهدف المحدد، بالإضافة إلى الإلمام بمهارات رياضة المبارزة والجمل والحيل التكنيكية التي يستخدمها خلال التدريب والمنافسات.



المبارزة هجوم ودفع

وهي رياضة يمارسها الرجال والنساء والأولاد والبنات في كافة المراحل السنوية المختلفة، وينفس القانون، ورياضة المبارزة هي رياضة فردية يمارسها اللاعب أمام اللاعب المقابل، مما تظهر مدى براعة كل لاعب ومهاراته وتفوقه على خصمه وسرعته في إحراز اللمسة.



القناع الخاص بلاعب الفيش واسم الدولة مكتوباً على ظهره بشكل واضح

ويتميز لاعب المبارزة (السلاح) انه يمكنه معرفة لغة جديدة إضافة إلى اللغة الأم.. فقانون اللعبة باللغة الفرنسية مما يساعد اللاعب لمعرفة المصطلحات المستخدمة، وتقام لرياضة المبارزة العديد من البطولات المحلية والدولية في كثير من دول العالم، وقد تطورت هذه الرياضة حتى أصبحت تمارس من جانب كافة الأعمار والمراحل السنوية المختلفة وأيضاً ضار لأصحاب القدرات الخاصة مشاركة فعالة على كرسي متحرك، وتتميز الكويت تميزاً ملحوظاً في هذا المجال على مستوى العالم.

يبدأ لاعب المبارزة المباريات بعد أن يكون قد أكمل الاستعداد البدني والعلمي والمعرفة الكاملة بأساسيات المبارزة. يظهر اللاعب مرتدياً الملابس الضرورية للمبارزة وهي:

- ١- بذلة بيضاء كاملة: تغطي السترة الجزء العلوي من الجسم ويغطي البنطلون الرجلين إلى الركبتين.
- ٢- يرتدي اللاعب جورباً أبيض طويلاً إلى الركبتين، وحذاء رياضياً خاصاً برياضة المبارزة.
- ٣- من الضروري أن يرتدي اللاعب ما يسمى بالصديري تحت البذلة وهذا طبقاً للقوانين الدولية للعبة لحماية من أي ضربة أو لمسة قوية من الخصم.
- ٤- لا بد من أن يرتدي اللاعب قفازاً في اليد المستخدمة سواء اليمنى أو اليسرى.
- ٥- القناع المناسب لمقاس الرأس وحجم الوجه من الأمور الضرورية في رياضة المبارزة.
- ٦- السيف المستخدم يكون مطابقاً للقوانين بعد أن يتم فحصه فنياً جيداً وبصورة كاملة.
- ٧- يفضل أن يكون لديه حقيبة كبيرة تحتوي على كل هذه الأدوات والملابس الخاصة للاعب المبارزة وبها كيس أو شنطة صغيرة توضع فيها كافة الأدوات اللازمة لصيانة السيوف والفيديكورات (السلك الواصل بين



فريق الإيبهه بنادي تراث الإمارات

السيف والبكرات^(١).

من تعليمات الاتحاد الدولي بتطبيق القانون الدولي للمبارزة:

١- القناع (المناسك) الكفلر ١٦٠٠ نيوتن يعتبر قانونياً في المباريات الدولية ومسابقات الاتحاد الدولي للمبارزة.

٢- على جميع اللاعبين وضع اسم العائلة بالكامل والحرف الأول من أسمائهم الشخصية والاختصارات المعتمدة من اللجنة الأولمبية لدولة كل منهم على ظهر البدلة أو الجاكيت المعدني. وبشرط أن يكون ذلك بلون أزرق داكن وبالأبعاد التالية:

- ارتفاع الحرف من ٨ : ١٠ سم.

- عرض الحرف ١.٥ سم بعد أدنى.

كما للاعبين بوضع الألوان المميزة لأعلام بلادهم بعد اعتمادها من الاتحاد الدولي لعدم التكرار بين الدول. وذلك على الجاكيت والبنطلون.

ومن تعليمات الاتحاد الدولي للمبارزة أيضاً:

١- في حالة ثني الذراع أثناء الهجوم (فلورييه / سابري) يلقى الهجوم ويحتسب الهجوم المضاد في حالة إحراز اللمسة.

٢- في حالة ثني الذراع بصورة كبيرة بعد الصدد لا يتم احتساب الرد ويتم احتساب الهجوم الثاني للاعب المنافس.

٣- حركة اللينية (الديجاشيه) تحتسب حتى ولو كانت بعد الهجوم الذي لم ينته بلمسة بشرط أن تكون الهجمة مستمرة بدون فاصل أو توقف.

(١) في بداية عام ٢٠٠٢ (بطولة العالم بفرنسا) استخدم جهاز لاسلكي يضعه اللاعب بجيبه انخفي متصل بالسينف من خلال الفيلدكورد. علماً بأن ذلك الجهاز الصغير مبرمج مع جهاز احتساب اللمسات وفي حالة النسي يتم اضاءة المصباح الخاص باللاعب الذي يحرز لمسة. ولكن منذ النظام لم يستخدم فيما بعد نظراً لعدم ثبوت نجاحه فعلياً حتى ٢٠٠٢ م.

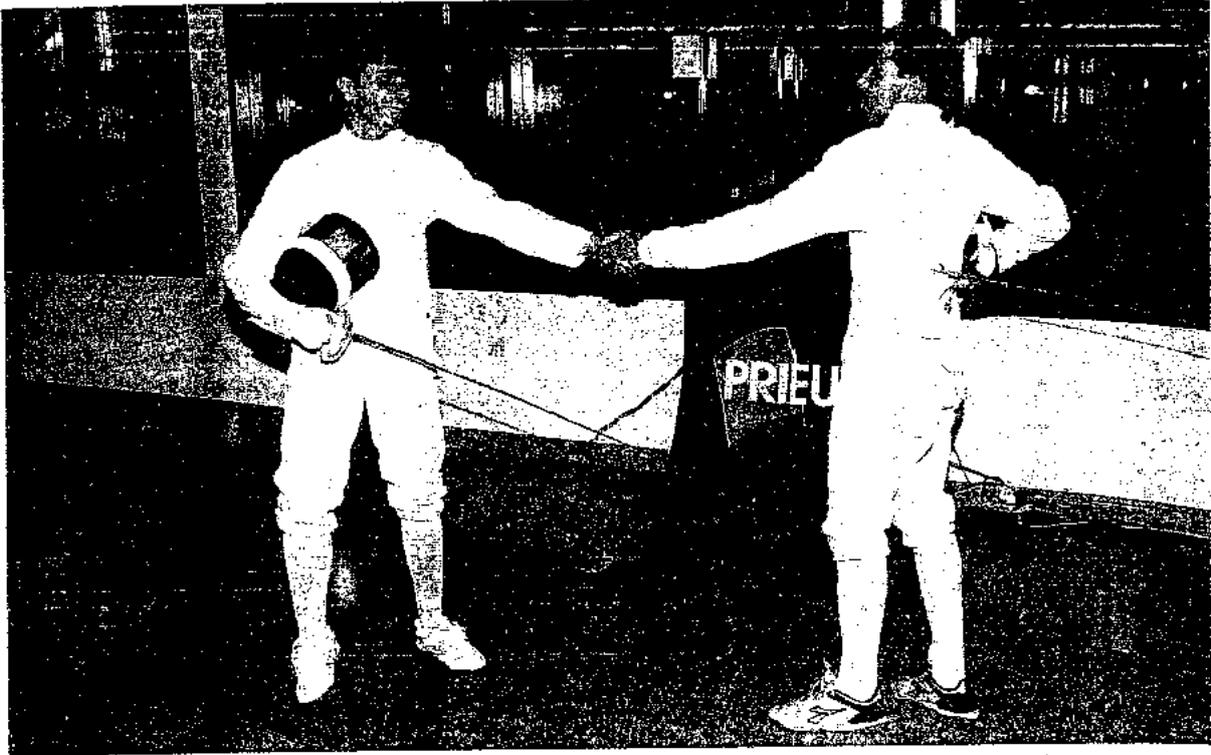
قواعد يجب على لاعب المبارزة اتباعها:

- ☒ احترام الآخرين.
- ☒ تأدية التحية قبل المباريات وبعدها.
- ☒ الحضور بانضباط في مواعيد التدريب المنتظمة.
- ☒ الحفاظ على الروح الرياضية بينه وبين اللاعبين جميعاً.
- ☒ الالتزام بقواعد اللعبة، مع معرفة التوانين الدولية.
- ☒ الاستمرار والمتابعة عن أي جديد أو تطوير في القوانين أو المسابقات.
- ☒ تنفيذ ما ينص عليه قانون اللعبة بإيجابية.
- ☒ تجنب الأخطاء التي يقع فيها كثير من اللاعبين عند الهزيمة.
- ☒ تقبل الهزيمة بروح رياضية.

تجري المباريات التدريبية بواسطة المدرب ومساعديه خلال التدريبات المنتظمة وخلال المسابقات الرسمية تكون بواسطة المسؤولين ويجب أن يتوفر ملعب معدني طويل يصل طوله إلى ١٨ متراً وعرضه متران وذلك طبقاً للقوانين الدولية، ومسافة خلفية تسمح بحرية الحركة. وهذا الملعب المعدني يتصل بجهاز احتساب النتائج حيث بذلك يكون معزولاً ولا يسمح باحتساب نسبة إذا ما لمس السيف، وكما يظهر في الصورة (ص ٢١) اللاعب على اليمين موصولاً بسلك طويل:



من خلال مباريات السيف.



اللاعبان يتصافحان باليد الخفية من التفاز قبل المباراة

وذلك السلك يمر تحت الملابس إلى أن يصل إلى السيف من أسفل، ويسمى بالفيلد كورد ومن ثم يقوم بإحراز اللمسات فيعطي الجهاز إشارة (حمراء أو خضراء) مع صوت مسموع يدل على أن هناك لمسة تم إحرازها^(١).

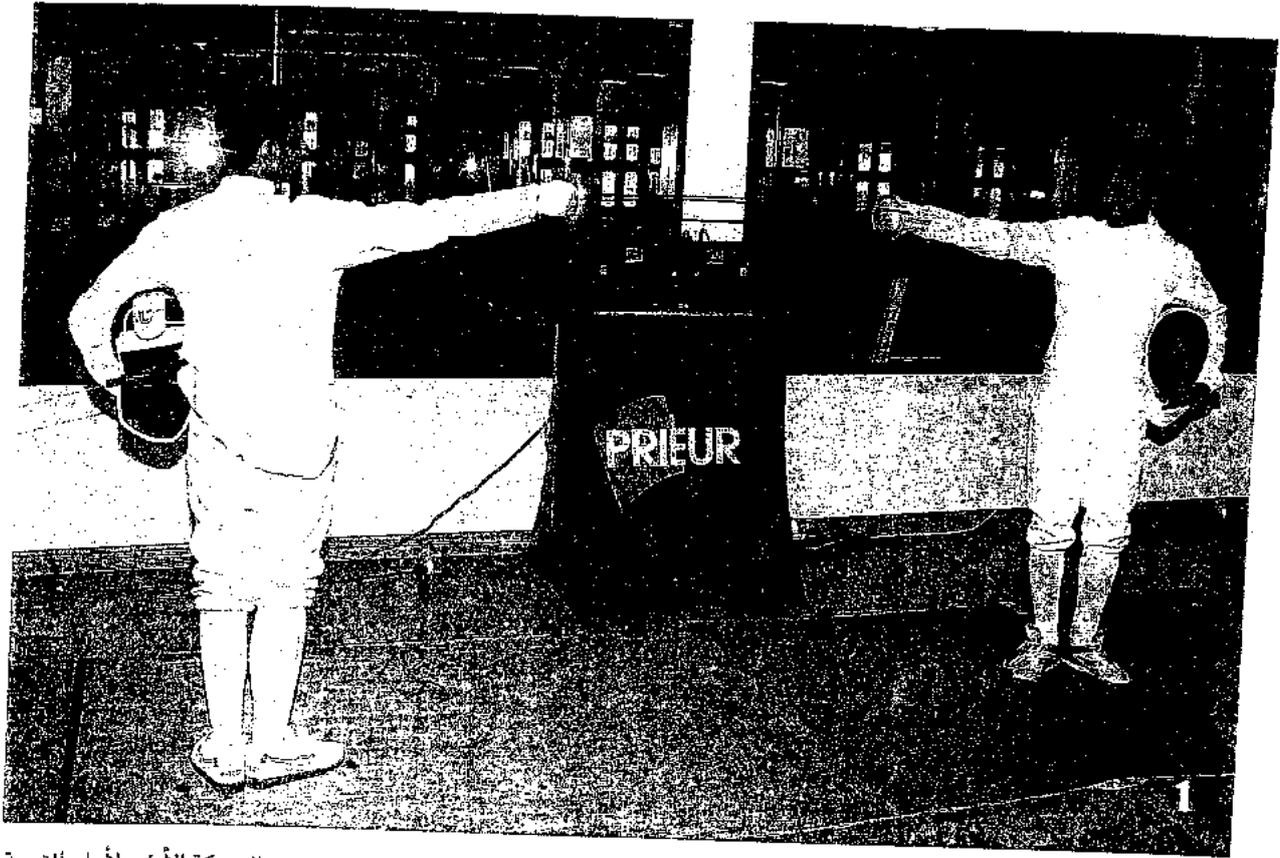
زمن المباراة لكافة أنواع الأسلحة:

في الأدوار التمهيديّة: يحدد زمن المباراة بثلاث دقائق ملعوية (٢) دقيقة وقت إضافي في حالة التعادل، واللاعب الذي يحرز ٥ لمسات في الخصم قبل الآخر يكون هو الفائز في المباراة بشرط ألا يزيد اللعب عن الزمن الأصلي ٣ دقائق. وإذا انتهت المدة قبل إحراز اللمسات الخمس ففي هذه الحالة يعطي الحكم (٦٠ ثانية) زيادة تسمى (دقيقة وقت إضافي) وخلالها يجب إنهاء المباراة بكل اللمسات.

وإذا لم تنتهي المباراة بخمس لمسات فيقوم الحكم بإنهاء المباراة لصالح اللاعب المتقدم ١/٢ مثلاً أو ٢/٤ فيكون المتقدم هو الفائز وتُسجل النتيجة كما هي في لوحة النتائج (اسكور شيب) ويقوم كلا اللاعبين بالتوقيع على النتائج بعد الانتهاء من كل مباراة وهكذا..

وفي الأدوار النهائية: يحدد الوقت بزمن ٩ ق ملعوية يتخلل كل ٢ دقائق (دقيقة واحدة راحة) يتوقف فيها زمن اللعب، ثم يستأنف فيما بعد.. ويكون التسجيل حتى ١٥ لمسة، ومن يسجل ال ١٥ لمسة أولاً يكون هو الفائز.

(١) قبل عام ٢٠٠٠ كان اللاعب الأيمن يحرز لمسة، فيضئ المصباح العكسي كما هو الحال في الصورة، أما بعد يناير ٢٠٠٠ تم تعديل القانون فأصبح اللاعب الذي يحرز لمسة في الخصم يضيئ المصباح الذي هو ناحيته.



الحركة الأولى لأداء التحية

تأدية التحية:

في البداية يلتقي اللاعبان على ملعب المبارزة بعد أن يكونا قد استعدا للمباراة جيداً، ثم يتصافحا باليد الخالية من القفاز.

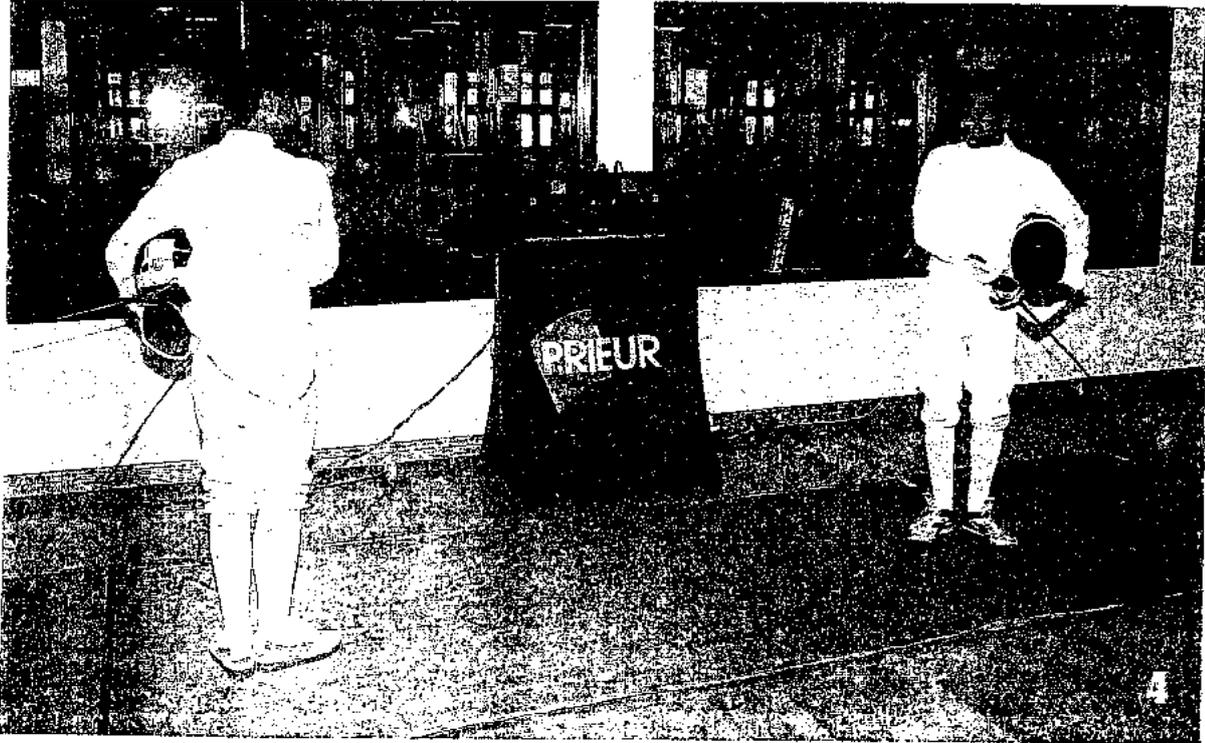
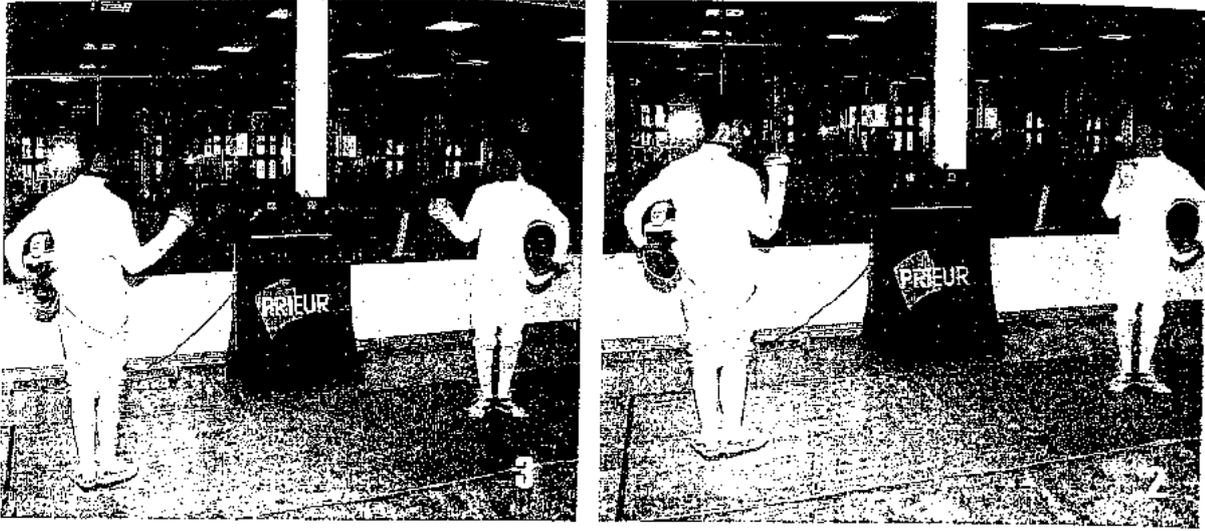
حركات أداء التحية:

الأسلوب الفرنسي:

- ❖ لا بد أن يكون اللاعب بكامل الملابس والأدوات ومستعداً للمبارزة.
- ❖ يقوم كل لاعب وعلى مسافة مترين على الأقل بتأدية التحية كاملة للخصم ثم للحكم (صورة ١) ثم للمشاهدين.
- ❖ تتم التحية بفرد الذراع الذي به السيف تماماً وموجه نحو الشخص الذي تؤدي له التحية ثم ثني الذراع بحيث يكون السيف أمام الوجه والواقي أسفل ذقن اللاعب (صورة ٢)، ثم فرد الذراع بزاوية حادة والسيف لأعلى قليلاً (صورة ٣).
- ❖ وأخيراً يتم نزول السيف متقاطعاً مع الجسم ويوضع تحت القناع ثم يرتدي كل منهما قناعه (صورة ٤)

الأسلوب الانجليزي:

يتكون من السيف لأعلى أمام الوجه ويكون الواقعي اسفل الذقن ، ثم يفرد اللاعب ذراعه للأمام ، ثم ينزل السيف بزاوية بحيث لا يلمس الأرض ، وذلك في ٣ حركات.



الصور من ١-٤ ، اللاعبان يؤديان التحية في ٤ مراحل

غالباً ما يختار جميع لاعبي المبارزة هذا النوع من أنواع السلاح الثلاثة سلاح الشيش - سيف المبارزة - وسلاح السيف السابر أو كما يطلق عليه حالياً سلاح الحسام حيث يخف وزن سيف سلاح الشيش ويتقدم لاعبوهم بسرعة كبيرة في إتقان فنونه بل ويعتبر القاعدة الأساسية لاكتساب مهارات المبارزة.

ونذلك يفضل تعليم الناشئين الصغار من سن ١٠ إلى ١٢ سنة على استخدامه ومعرفة جميع حركات اللعب الفنية يمكن اكتسابها من خلال هذا النوع من المبارزة لأن ذلك هو أساس صناعة اللاعب البطل في رياضة السلاح أو المبارزة بالسيف.

وستعرض فيما بعد للعديد من النقاط الهامة والموضحة للتوعيين الآخرين من السلاح وهما سيف المبارزة - سلاح الحسام.

المواصفات الفنية لسيف سلاح الشيش:

☞ طول السيف: ١١٠ سم

☞ وزنه: ٥٠٠ غرام (نصف كيلوجرام).

☞ مكوناته: النصل أو اللامة : وهي أطول جزء في السيف طوله ٩٠ سم.

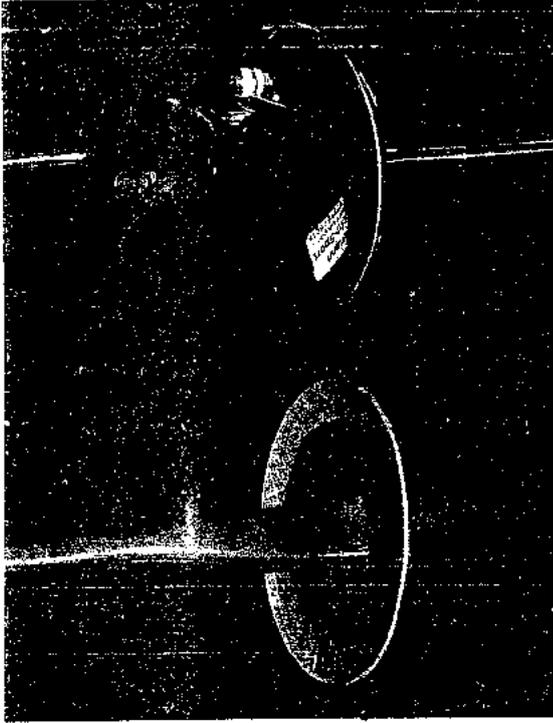
☞ الواقي: وقطره ١٢ سم وعمقه: ١.٥ سم.

☞ المقبض: وهو الذي يمكن السيطرة على السيف من خلاله بربط صامولة باللامة داخل اليد.

☞ البوانتة: وهي أعلى نقطة بالسيف والمكان الصحيح الذي يمكن تسجيل اللمسات به.



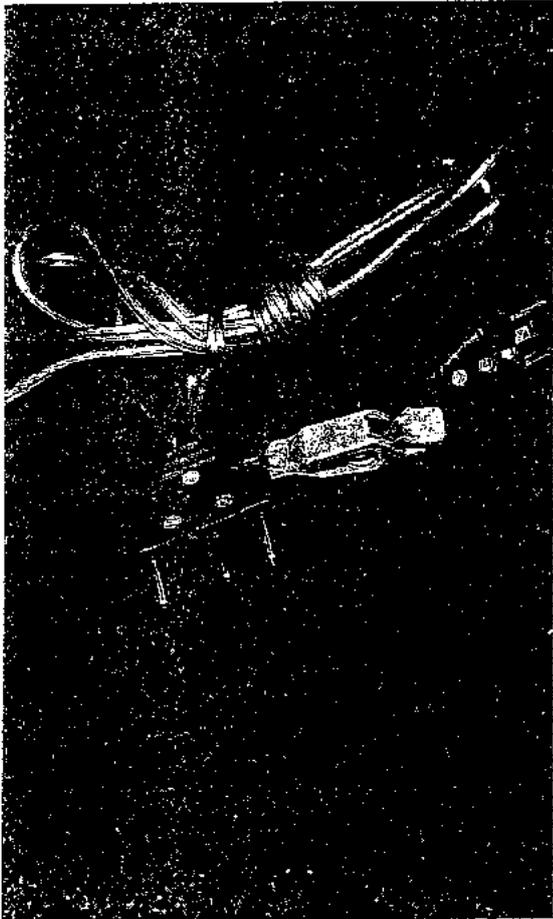
لاعبا سلاح الشيش - الضوريه بالملابس الكاملة



صورة لسلاح الشيش - النظريه العادي والكهربائي

ويحتوي السيف على سلك كهربائي وفيشة لتوصيل الكهرباء بطرف واحد يسير بمجرد معين بطول النصل ليصل بين الفيشة والذبابه -البوانته وهي أعلى جزء في السيف.

وتتكون من الرأس المربوط بمسمارين صغيرين جدا، على جانبي البوانته وداخل طرف البوانته نجد جزء بلاستيكي أو فايبر يكون السلك متصل به، ويكون هو الموجب بعد كل التوصيلات الكهربائيه. ثم رأس البوانته الذي يشتمل على سلك حلزوني لولبي (زنبركي) صغير يسمى ياي أو سوستة عند الضغط على البوانته من أعلى ليحدث اتصال كهربائي، ومن ثم يتم إضاءة الجهاز الخاص باحتساب اللمسات، والضغط يكون بقوة وزن ٥٠٠ جرام حتى يحدث اتصال وفي منطقة الهدف وبذلك تكون اللمسة قد حدثت بشكل صحيح. وإذا كان الثقل أقل من ذلك فالسيف يعتبر غير قانوني.



السلك اتواصل بين السيف والبكرات لسلاح النظريه

ملابس ومهمات لاصبي الشيش الأساسية :

تتكون الملابس المنطوية لممارسة رياضة سلاح الشيش بحصة عامة من:

- ١- بدلة بيضاء للمبارزة.
- ٢- جاكيت وينظلون يصل طوله حتى الركبتين.
- ٣- صديري يحمي المنطقة المستخدمة للمبارزة.
- ٤- جوارب بيضاء طويلة حتى الركبتين.
- ٥- خذاء رياضي أبيض.
- ٦- سترة معدنية (جاكيت فيست) يكون بدون أكمام وهو منطلقة الهدف.
- ٧- قفاز (في اليد التي تمسك السيف فقط).
- ٨- سلك كهربائي معدني يسير تحت البدلة يصل بين السيف والبكرة.
- ٩- قناع الوجه الذي يجب أن يستخدمه اللاعبون في جميع الحالات



مسورة خلفية لتقناع القانوني وللفيست وهو مكان إحراز اللمسة لسلاح الشيش



لاعب الشيش بالفتاع والسترة التي هي منملقة الهدف (الفيست)



مقبض سلاح الشيش (الفلوريه)

أماكن تسجيل اللمسات (منطقة الهدف):

إن الأماكن المسموح فيها بتسجيل اللمسات على جسم الخصم وفقاً للقانون الدولي تختلف باختلاف نوع المبارزة: ففي سلاح الشيش هي: الجزء العلوي والخلفي للصدر والبطن ما عدا الذراعين والرجلين والرقبة والرأس وتكون اللمسة بسن السيف (أي البوانتة) وبذلك تحسب لمسة صحيحة للمبارزة خلال المبارزة. وإحراز اللمسة يكون بفرد الذراع المستخدم إلى منطقة الهدف مع تحقيق اللمسة بجسم الخصم وفي نفس المكان المخصص للهدف (الفيست).

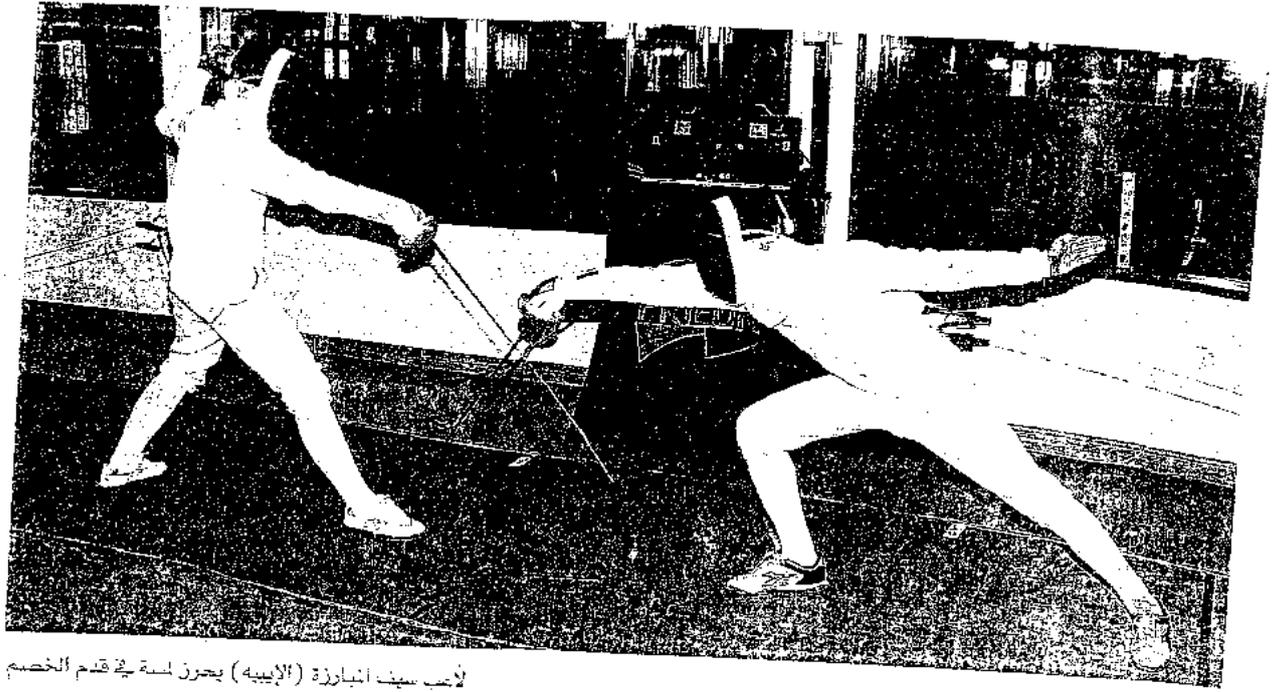
في الواقع إن المباريات في هذا النوع من المصارعة (سيف المصارعة الايبويه) تزيد من التقارب إلى المنافسات الحقيقية حيث يظهر للاعبون خلال المباريات فنون اللعبة ببراعة وروعة المصارعة.

وعلى الرغم من أن سلاح سيف المصارعة هو أثقل أنواع الأسلحة الثلاثة وزناً، إلا أنه يستخدم أكثر ويمارس هذا النوع العديد من لاعبي المصارعة بصفة عامة.. حيث يتبارى اللاعبان معاً ويناسب هذا النوع كلا الجنسين كما هو الحال في دول عديدة. وتحتسب اللمسة الصحيحة في سيف المصارعة -الايبيه- خلال المباريات بشرط أن تلمس أي جزء بجسم اللاعب بغض النظر عن المنطقة وتكون اللمسة الصحيحة خلال زمن المباراة، وقوة الضغط على اليوانتة (٧٥٠) جرام وممه سيف -ذويد فرنسية- أو يد تمسك مثل المسدس ملائمة لأصابع اليد وأيضاً منه اما يلائم اليمنى واليسرى حسب اللاعب نفسه.

وخلال البطولات الدولية الأخيرة ظهرت العديد من اللاعبات المتميزات فيه حيث حقق أرقى المستويات الدولية، وبناءً عليه فقد قررت اللجنة الأولمبية الدولية في المؤتمر المنعقد في كوريا الجنوبية عام ١٩٨٨م بعد انتهاء دورة سيئول الأولمبية، قررت اللجنة إدراج مسابقات سيف المصارعة للسيدات والآنسات ضمن برنامج مسابقات الدورة الأولمبية. برشلونة ١٩٩٢م. ومن أبرز المباريات العربية السيدة نزهة مؤدب من المغرب التي تشغل منصب مستشار رئيس الاتحاد الدولي للمصارعة عن الدول العربية والإفريقية (٢٠٠٥) وهي أول امرأة عربية شاركت في كأس العالم عام ١٩٧٢م بمدريد / إسبانيا، وعضو الاتحاد العربي للمصارعة وهي أيضاً أول امرأة شغلت منصب الأمين العام للاتحاد العربي للمصارعة عام ٢٠٠٤.



صورة لسلاح سيف المصارعة العادي والكهربائي



لاعب سيف المبارزة (الإيبه) يحوز لسة في قدم الخصم

ووصفة عامة، فإن لاعب سيف المبارزة يتميز بالمهارة الفنية العالية لما في هذا النوع من الأسلحة من سهولة وصعوبة في نفس الوقت حيث اتساع منطقة الهدف على أوسع نطاق، لأن منطقة الهدف هي كامل الجسم من الرأس إلى القدم مما يسهل أو يصعب إحراز اللسة كما أن اللاعبين يمكنهما إحراز لستان في نفس الوقت لسة، لكل منهما وفي كل منهما وذلك على ألا يزيد الفارق أكثر من ٢٥، ٠ من الثانية ما بين اللستين.

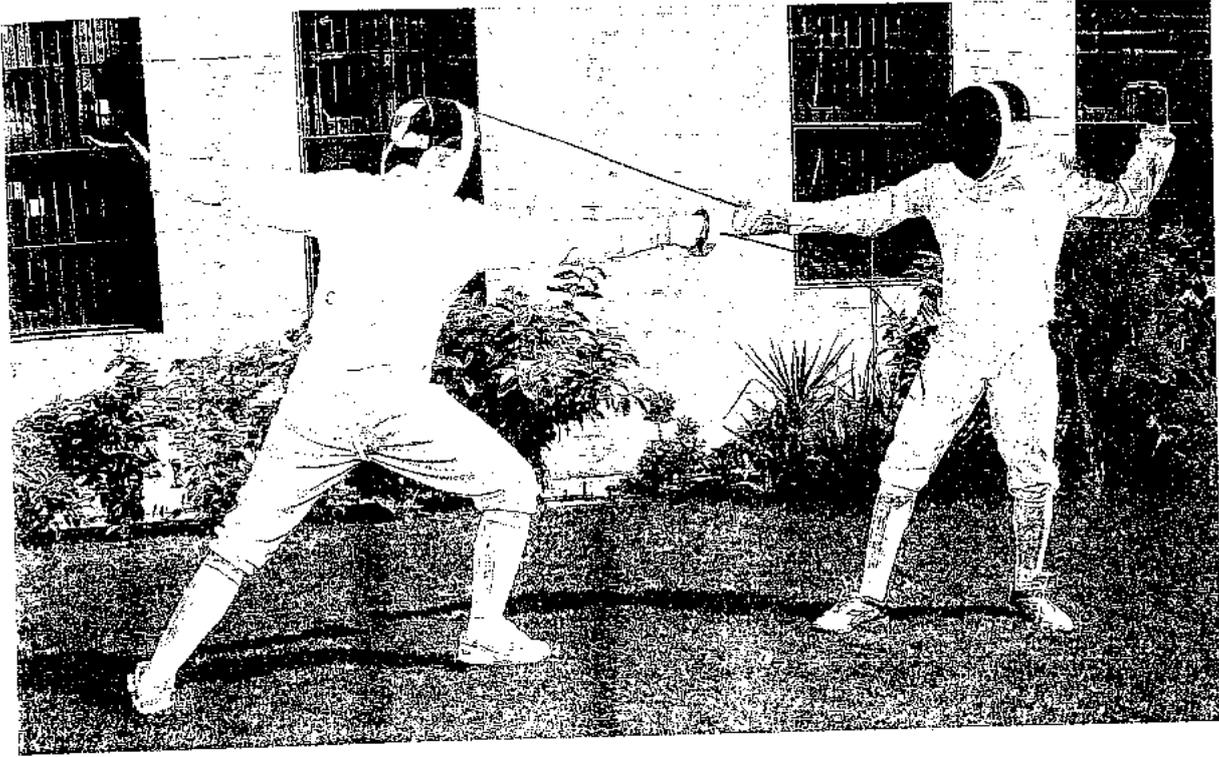
هذا وإن ممارسة سيف المبارزة تحتاج إلى المزيد من وسائل الدفاع عن النفس المختلفة لحماية مناطق الجسم الواقعة تحت الهجمات المتنوعة من المنافس وكذلك إلى ضرورة الحذر الشديد، مع القوة المميزة بالسرعة لأداء الحركات سواء للهجوم أو الدفاع بالإضافة إلى القدرة الفائقة على توجيه السيف بمنتهى الدقة والوصول إلى الهدف من أجل تحقيق لسة ناجحة.

ويفضل أن يكون للاعب سيف المبارزة من اللاعبين ذوي القامة الطويلة لأن الطول له ميزة التفوق والوصول إلى الهدف قبل الخصم.

ويتميز سيف المبارزة عن بقية الأنواع (سلاح الشيش أو سلاح السيف) بعدم حاجته إلى منطقة هدف معينة محددة بل يعتبر كامل الجسم هو منطقة الهدف بما فيه القناع والقفاز والتقدمين وكلا اللاعبين يعتبر هدفاً واضحاً تلاًخر مما يزيد الأمر سهولة وصعوبة لكلاهما في آن واحد.

وفي بداية المباراة يعطي كل لاعب التحية للخصم ثم للحكم فالجماهير وتبدأ المباراة في إطار قوانين اللعبة المعروفة.

وفي كل أنواع المبارزة (في انتهائيات - كما ذكر آنفاً) فإن المباراة من ١٥ لسة محسوبة في زمن قدرة ٩ دقائق ملعوية يفصل بين كل (٢ دقائق) دقيقة استراحة، وهكذا... وإذا انتهت الـ ٩ دقائق دون إحراز الـ ١٥ لسة من أحد اللاعبين، فإن الحكم يقوم بمنح كلا اللاعبين (٦٠ ثانية) دقيقة واحدة كوقت إضافي لإحراز اللسات المتبقية.



اللاعب الأيسر يحرز لسة في فخذ اللاعب الأيمن حيث اتساع المساحة وعدم تحديد منطقة الهدف بالجسم

المواصفات الفنية لسيف المبارزة:

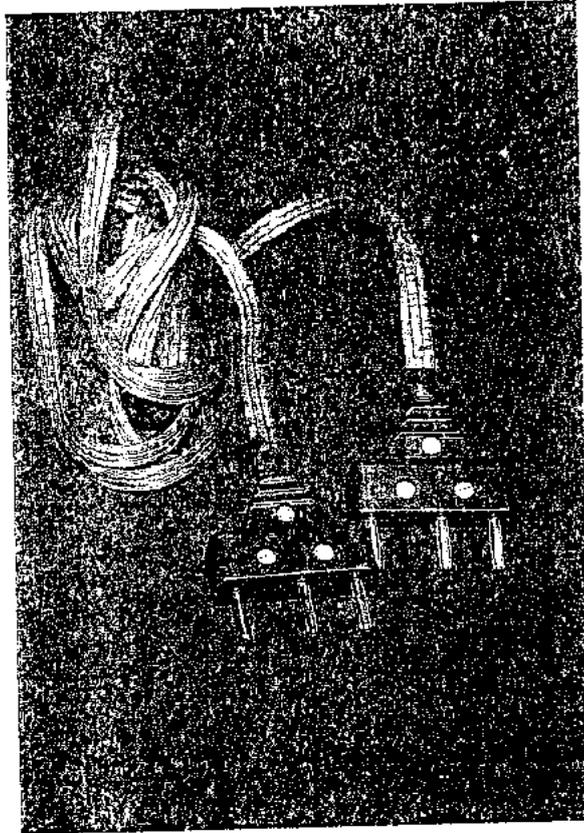
السلاح: يبلغ طول السيف الكلي بداية من أول المقبض وحتى نهاية الذبابة (١٠٠ سم) والوزن الكلي بكافة مكوناته النصل أو اللامة، والذبابة، والمقبض-والكوكيه الوافي- الفرش - الصامولة.

١. النصل:

وهو أطول جزء في السيف مصنوع من الحديد الصلب المرن الذي يصل لدرجة مرونة تعادل انحناء قدره ٥ سم، ويبلغ طوله (٩٠ سم) ويوجد على السطح العلوي للنصل مقطع علوي ممتد من اليد إلى الذبابة -البوانتة وهو الذي يجري فيه السلك الكهربائي.

٢- الذبابة (البوانتة):

وهي تشبه ذبابة سلاح الشيش، وهي العامل الرئيس في استكمال الدائرة الكهربائية بين جميع أجزاء السلك المتصل بالسيف وجهاز إظهار اللسات



السلك الواصل بين سيف والبكرات سلاح المبارزة (يودي كورد)

الإلكتروني. والذبابة - أو البوانتة - مصنوعة من المعدن ويدخلها ياي أو زنبرك صغير يعزل السالب عن الموجب وعند قوة الضغط (٧٥٠) جرام يتصل السالب بالموجب فيعطي جهاز اللمسات ضوءاً وصوتاً مسموعاً يدل على احراز لمسة بالخصم.

٣- الواقي:

ويسمى (الكوكبييه) وهو مصنوع من الألمنيوم السميك على شكل دائرة مقعرة قطرها لايزيد عن ٥,٢١ سم وعمقها من (٥,٥ - ٣,٥ سم) وهو أكبر حجماً من واقي سلاح الشيش مما يساعد علي حماية اليد ومناطق الذراع خلفه، ويثبت به الفرش، وائيد، والفيشة المتصل بها طرقي السلك القادم من البوانتة (السالب والموجب) وعند اتصال طرفي البوانتة (السالب مع الموجب) يحدث إضاءة مصباح الجهاز الذي يظهر احتساب النتائج.

٤- المقبض:

لا يزيد طول المقبض (اليد) عن ٢٠ سم بعد التركيب وهناك عدة أشكال من المقابض يمكن استخدامها حسب رغبة اللاعب تماماً كما هو الحال في سلاح الشيش، ففي شكل يشبه مسكة المسدس أو يد تشبه العصا المنحنية نسبياً، أو شكل يشبه مقبضاً متعدد الأصابع.

٥- الفرش:

غالباً ما يكون الفرش من الفلين المقوى أو الاسفنج المنغلى بالجلد يوضع داخل الواقي لراحة أصابع اللاعبين، وهو متشابه تقريباً في كافة الأسلحة.

٦- الصامولة:

وهي من الحديد تربط كافة أجزاء السيف، وهي هامة جداً بل جزء لا يتجزأ منه. وتختلف من سلاح السابر عن الايبه أو الفلورييه.

يختلف هذا النوع من المبارزة من جميع النواحي عن النوعين السابقين (سلاح الشيش، وسيف المبارزة) وكان للرجال الحق في معارسته، ثم أصبح هناك بطولات للسيدات في هذا النوع من المبارزة، ويتميز بقوة الأداء وسرعته وكثرة حركاته ومساته المتنوعة. ولهذا استنوع السيف جذب انتباه العديد من المهتمين بالفنون، والمشاهد الاستعراضية.

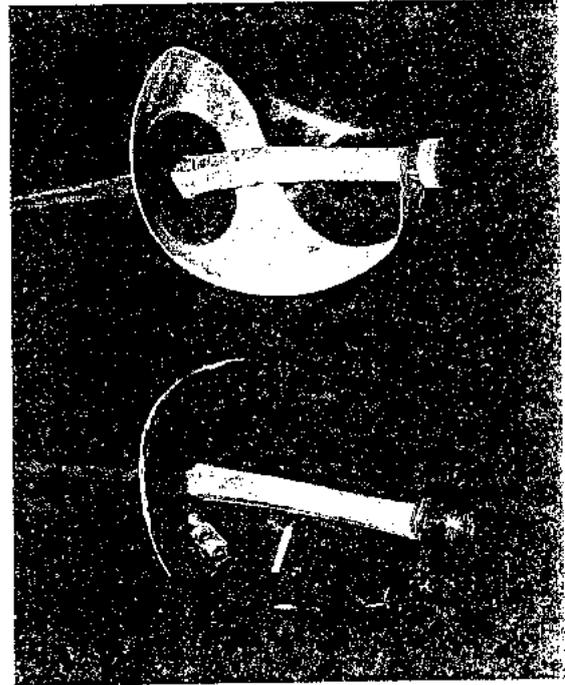
وربما ضيقاً هناك أسلوب مختلف طبقاً لقواعد وأسس محددة يجب تطبيقها أثناء البطولات والمسابقات وفق قواعد محددة تبعاً للقانون الدولي للمبارزة.

يعتبر سيف السابر أو سلاح السيف (الحسام) هو أشبه إلى حد كبير بالمبارزة بالسيف العربي، حيث تؤدي الحركات وكأنها قتالية، ولكن بأسلوب رياضي سريع يعتمد على احتساب اللمسة.

ويمكن إحراز اللمسة بالسيف بالبوابة أو بجسم أو نصل السيف نفسه حيث يتصل به الكيرباء ككل، ويصل قوة التيار الكهربائي بالسيف ١,٥ فولت (7,5V) أي قوة حجر بشارية لا يؤثر عند لمسها باليد العادية الفرنسية والنواقي ينفذ كل اليد.

منطقة الهدف في سلاح الحسام (السابر):

يرتدي اللاعب جاكيت بنون أكمام مصنوع من المعدن الرقيق أو يشبه إلى حد كبير الجاكيت المعدني



صورة لسلاح السيف (الحسام)

الذي يتصل به سلك الكهرباء (الفيلد كورد) ومن ثم يكون الصدر، والبطن والظهر والأكتاف أي الجزء العلوي للجسم. حيث يتصل القناع بانجكايت بسلك قصير.

وتحتسب اللمسة فيه بدءاً على الهجوم والمبادرة بالهجوم مباشرة أو دفاع الخصم أولاً ثم رد الهجوم مرة أخرى. وداًئماً صاحب الهجوم الأول يكون صاحب اللمسة ما لم يدافع الخصم، ولكن إذا دافع الخصم وردّ الهجوم فهو صاحب اللمسة حتى لو أضاء الجهاز المصباحين معاً.

المواصفات الفنية لسيف الكسام:

يبلغ طول السيف بالكامل (١٠٥ سم) ويجب ألا يقل وزنه عن ٥٠٠ غرام وتتشابه مكوناته مع مكونات النوعين المذكورين آنفاً باختلاف البوانته:

١- النصل:

النصل مصنوع من الحديد الصلب غير شديد الصلابة، لكنه ليس مرناً بشكل شديد، بل معتدل، ويبلغ طول (انلامة أو النصل ٨٨ سم) والبوانته فيه ليست مثل تلك البوانته في سلاح الشيش أو سيف المبارزة بل من نفس اللامه ينحني طرفها العلوي لأسفل حتى لا يكون مديباً أو ضاراً أو جارحاً.

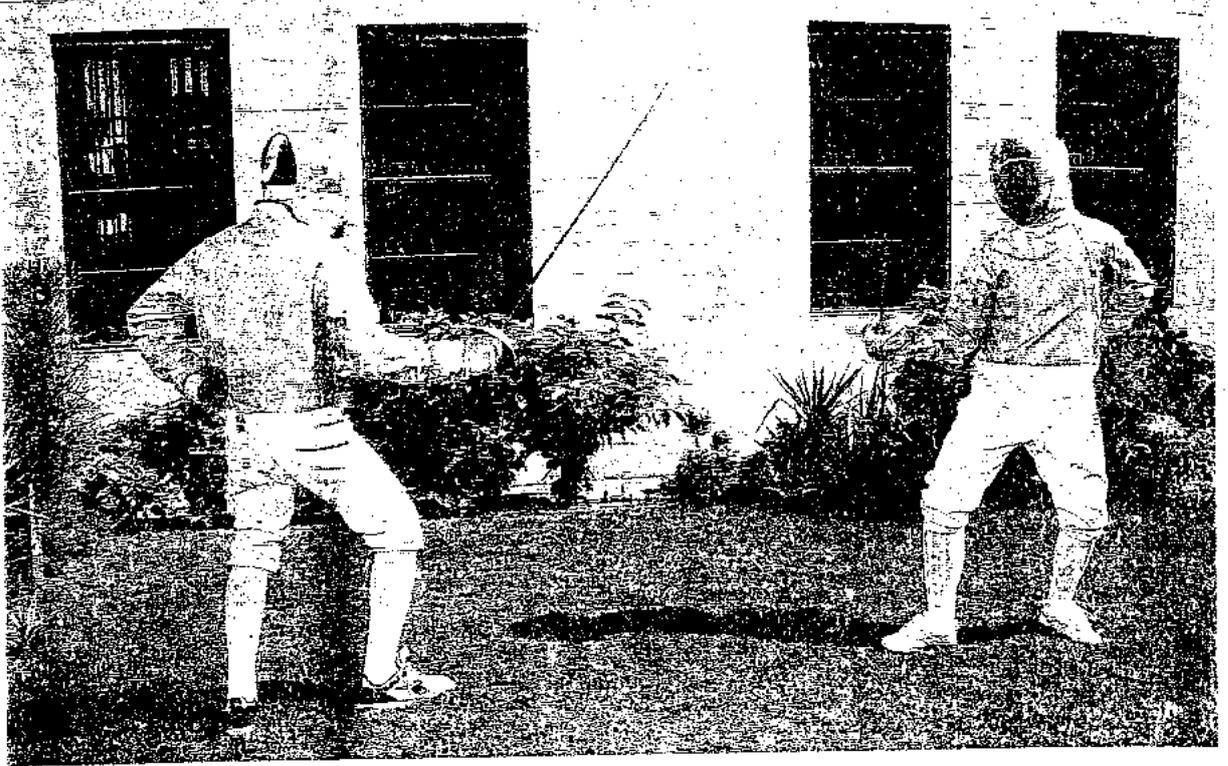
٢- الواقعي:

مصنوع من معدن قطعة واحدة ملساء محدب الشكل يصل أقل سمكه عند قاعدة السيف أو نهاية المقبض من أسفل، متسع ويسمح بحرية حركة اليد أثناء الأداء (هو على شكل الهلال من الجانب) وأبعاده (١٥ سم - ١٤ سم) كما في الصورة ص ٤٥، بعمق ١٥ سم على الأكثر أما المقبض فطوله لا يزيد عن ١٧ سم متصل به صامولة الربط.

المبارزة بسلاح السيف السابر:

كما هو معروف أن سلاح السيف (السابر) هو النوع الثالث من أنواع المبارزة حيث يختلف عن الفلوريه والإيبه في بعض النقاط.. فانسيف له واقر كبير يغطي كل اليد تقريباً، ويده دائماً مستقيمة ولا يوجد منها (يد مسدس). يمكن إحراز اللمسة في القناع والأكمام والقفاز، وأيضاً الظهر (أي النصف العلوي من الجسم كاملاً) ويتميز لاعبي السابر بسرعة الحركة وإحراز اللمسة بشكل متقن ولا يد من عمل جملة حركية كاملة عن إحراز اللمسة سواء عند الهجوم أو عند الدفاع ثم ردّ الهجوم مرة أخرى.

وتمارس على الملعب القانوني للمبارزة، ويرتدي اللاعب سترة معدنية موصولاً بنا تكهرياء وتسمى (فيسيت السابر) وهي غير (فيسيت الفلوريه) التي بدون أكمام، ويمكن إحراز اللمسة بجانب السيف أو الحافة/حد السيف كما يمكن أيضاً إحرازها بنصل السيف والذباية (البوانته) بعكس الفلوريه والإيبه حيث تحرز اللمسات فقط بالبوانته ويفضل المبادرة بالهجوم فوراً بعد أن يقول الحكم (Allest) أي ابدأ اللعب.



تجبي سلاح الحسام السابر بالملابس الكاملة

كيفية الإمساك بيد السيف السابر:

صورة من إحدى مباريات السابر ويظهر فيها اللاعبان بالسيوف وتختلف الحركات عن الحركات في سلاح الشيش وسيف المبارزة (انظر ص ٤٩ - أعلى).

اللمسات بسيف السابر:

كما هو موضح بالصورة (ص ٤٩ - أسفل) اللاعب (اليسار) يحرز لمسة في جانب اللاعب (اليمين)، مع فرد ذراعه مستقيماً.

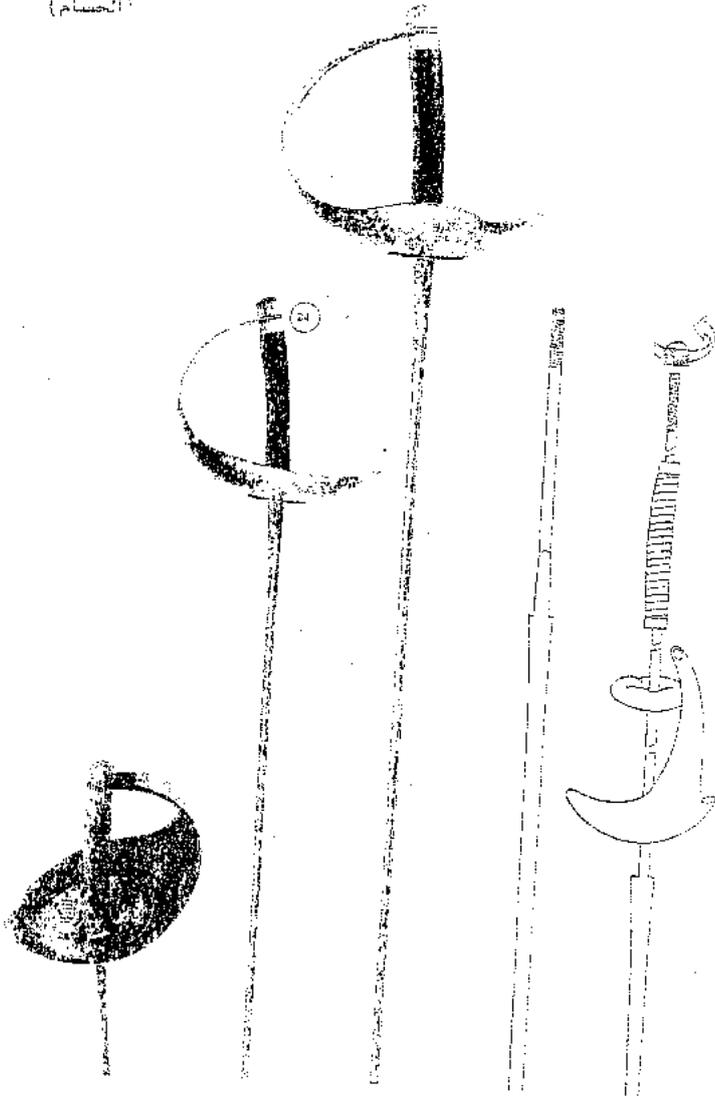
كيفية إحراز اللمسة بالقناع، وتكون بفرد الذراع مستقيماً مع ثني الساعد وضرب رأس الخصم (ليس بشدة) لإحراز اللمسة الصحيحة.

إحراز اللمسة على الصدر وكأن اللاعب يقطع هدفاً طويلاً.

إحراز اللمسة مباشرة وكأن اللاعب يشير إلى نقطة ما بالسيف نحو صدر الخصم.

ملابس لأصبي السابر :

في هذا النوع من السلاح (السابر) يجب على اللاعبين ارتداء فيست أو جاكيت له مواصفات شبيهة إلى حد كبير بالقمم السابرين، أو بننس مواصفات أسلحة الشيش بالإضافة إلى أن نهايته السفلى تكون مستقيمة حول خط الوسط (أي المنطقة تحت الحزام تكون معنومة)، ويرتدي اللاعب فيست كبيراً مثل الشيش ولكن له أكمام.



مع ارتداء البنطلون والقفاز المستخدم،
مع ضرورة ارتداء القناع القوي الذي
يتحمل ضربات مع توصيله بسلك
بالبديلة، بالإضافة إلى توصيل الفيست
بإناسك عن طريق سلك قصير حيث تعد
الرأس من الأماكن الممنوع لمسها
بالسيف.

أماكن تسجيل اللمسات:

يسمح في هذا النوع من المبارزة بتسجيل
اللمسات في الجزء العلوي من الجسم
فقط، أي الرأس، الأكتاف، الذراعين
والقفاز، الصدر، البطن، حتى الخط
الأفقي حول الخصر، وأي لمسة في خارج
هذه المنطقة المحددة تعتبر لاغية.

وتسجل اللمسات بطريقة التقطع بالحد
النصلي للسيف، أي يمكن ضرب اللاعب
الأخر بالسيف بحيث لا يصاب، ويمكن لمسه
بسن السيف وتحتسب اللمسة للاعب الذي
قام بالهجوم أولاً، ويجب الالتزام والاهتمام
بإتقان الحركات في الهجوم والدفاع.

الملاكمة الصحيحة للسيف:

يجب أن تكون مسكة السيف قوية. وبدون قوتر، حتى يمكن السيطرة على الحركات واتجاه السيف، لذلك
يجب التيقن جيداً بالأصبعين اليسارية والإبهام والمسك جيداً بالأصابع الأخرى كما هو واضح في الأشكال التالية
(ص ٤٩ - ص ٥٧)

بمجرد أن يقول المدرب لتلاميذ (*On Guard*) فهذا يدل على أن يخبرهم بعمل وضع للاستعداد أو (كن
مستعداً) للمبارزة بحيث أن يرى اللاعب أن يجلس نصف جلسة على ركبتيه، ويده الخالية من السيف خلف
الظهر كما هو واضح من الصورة (ص ٤٧). أو أن تكون لأعلى (في سلاح الفوريه والإيبهه)، واليد التي بها
السيف بمستوى سطح الأرض وممسكاً بسيف كما هو موضح بالصورة، وبين يده التي بها السيف وبين الجسم
مقدار قبضة يد. وعيناه على الخصم متحفزاً للمبارزة (بالتسبة للشيش والمبارزة) أما بالتسبة لسلاح السيف
فتكون اليد الخالية من السيف خلف اللاعب.

أما أهم المتطلبات الواجب توافرها لدى لاعب المباراة فهي:

أولاً: المتطلبات البدنية:

تعد القدرات البدنية إحدى المتطلبات المهمة التي يجب أن تتوافر لدى لاعبي المباراة، إذ أن امتلاكهم لها يجعلهم يحققون متطلبات رياضة المباراة من إنقار المهارات الفنية وتنفيذ النواحي الخططية المختلفة.

كما إن الأداء المهاري للحركات الرياضية يتوقف على ضرورة الاهتمام بالقدرات البدنية كأساس للوصول إلى الأداء الحركي الجيد وأهم هذه القدرات التي تشكل المتطلبات البدنية بالمبارزة هي:

1- السرعة: تعد المباراة من الألعاب الرياضية التي يتميز أداؤها بالسرعة، إذ للسرعة أهمية كبيرة في المباراة بتنفيذ حركاتها بإيقاع سريع والقيام بحركات الهجوم والدفاع، وبهي إحدى القدرات الرئيسية التي تؤثر على إيجابية أداء حركات لاعب المباراة. فالمبارز الذي لا يتصف بالسرعة لا يستطيع التفوق في أدائه والفوز في أية مباراة، ونقصد بالسرعة هو سرعة أداء الحركة بأقل زمن ممكن، وتعني أيضاً القدرة على أداء الحركات المتتالية بأقصى زمن ممكن، وتشمل السرعة جميع حركات الرهطين والسراع المسلحة التي تنجبه نحو هدف المنافس في أقل زمن.

وربما في المباراة بحاجة إلى جميع أنواع السرعة سواء السرعة الحركية وخاصة عند أداء مهارة هجومية وهذا إما واحدة أو سرعة التردد والسرعة الانتقالية) والتي تعني تكرار أداء المهارات الأساسية بالمبارزة بزمن معين من أجل كسب مسافة من ملعب المنافس أو الهروب للخطف من مجموعته، أما

رابعاً: المتطلبات النفسية:

المبارزة رياضة تنافسية يعمل فيها حساب وتقدير لقوة إرادة المنافس وللعوامل النفسية دور مهم وأثر بالغ في التفوق في هذه الرياضة، ولاعب المبارزة القادر على الهدوء وامتلاك زمام نفسه يكون أكثر مقدرة من غيره على تحقيق الاسترخاء والراحة مما يجعله يستطيع أن يستعيد شفاءه خلال فترة زمنية قصيرة، ويكون خلال جميع المباريات متمتعاً بدرجة عالية من الثقة بالنفس تؤمنه للتفوق على منافسيه.

ومن أهم المتطلبات النفسية التي يحتاجها لاعب المبارزة هي:

- ١- أن يتصف لاعب المبارزة بالصبر وقوة العزيمة.
- ٢- القدرة على إصدار الحكم بدون تردد.
- ٣- أن يتصف بروح التنافس والشجاعة.
- ٤- التمتع بقدر عالٍ من قوة الإرادة والتحكم في الإثفصالات والقدرة على التصرف إذ إنه لا يوجد مجال للتردد.
- ٥- التمتع بقوة الملاحظة العالية وسرعة توقع التصرفات منافسه.
- ٦- تديه القدرة على التحليل لحركات المنافس والتخطيط وسرعة اتخاذ القرار لتقييم بردود أفعال سليمة وغير عشوائية.
- ٧- الثقة بالنفس والقدرة على الكفاح دون خضوعه حتى النهاية وأن يتحمل مقدراً كبيراً من المقاومة في المنافسات الطويلة.

خامساً: القياسات الجسمية:

يجب أن يتصف لاعب المباراة وكذلك المبتدئون الذين يتم انقائهم لممارسة رياضة المباراة بما يأتي من القياسات الجسمية التي توصلت إليها العديد من الدراسات والبحوث ومنها:

١- طول كل من الجسم الكلي و الذراع والرجلين (الأطراف السفلى).

٢- قصر الجذع.

٣- كبر محيط كل من الساعد - الفخذ - الساق.

٤- صغر محيط كل من الوسط - الصدر.

٥- زيادة قوة كل من القبضة - الأصابع - السعة الحيوية.

(يفضل أن يكون النمط الجسمي للاعب المباراة من النوع المعضلي النحيل)

٤٦

المهارات الحركية التكتيكية للاعب المبارزة

إن شكل ملعب في رياضة المبارزة بالإضافة إلى ضرورة حماية اللاعب، واختلاف طريقة أخذ النقطة في الأسلحة الثلاث حتم على اللاعب طريقة معينة لأداء المهارات الحركية في هذه الرياضة وأوج على القانون العام لهذه الرياضة أن يضع الأنظمة التي تضبط هذه التحركات، وتقسم هذه المهارات بشكل عام إلى مهارات باستخدام السلاح ومهارات وبدون استخدام السلاح.

أولاً: المهارات بدون استخدام السلاح:

(١) وقفة الاستعداد:

وهي عبارة عن الوضع الأساسي للاعب المبارزة الذي تنطلق منه كافة التحركات الأخرى، وهو يمثل بالشكل العام وضع التمييز والتحفيز لبدء المباراة، وتنفيذ المهارات الحركية للمبارز من هذا الوضع يعد أسهل وأقوى وأسرع وأكثر شمولية.

- الخطوات الفنية لأداء مهارة وقفة الاستعداد للاعب أيمن:

تختلف الطرق لتنفيذ مهارة وقفة الاستعداد وهي بالنيابة لها ذات الشكل الأسلوب وذات التقنية الحركية مع اختلافات بسيطة لتسوية المتعبه وما ينحصرها من تنفيذ لباقي المهارات الحرة إذ أن كل مدرسة من المدارس التي تعلم المبارزة لها أسلوبها التنظيمي الذي يبدأ عن وقفة المبارز وتنتهي بتخطي الهجوم والدفاع.

جسور

وقد اخترنا الأسلوب التالي لأنه أشهرها وأكثرها إنجازاً على مستوى

العالم:

« مواجهة الخصم جانباً.

« الركبتين مثبتتين.

« الذراع المسلحة متتية من المرفق.

- الخطوات التمهيدية لوقف الاستعداد:

« الوقوف جانباً لمواجهة الخصم.

« دوران القدم اليمنى جانباً للتقاطع عمودياً مع القدم اليسرى عند العقب،

« أخذ خطوة جانبية باتساع الكتفين تقريباً.

« ثني الركبتين ربع ثني مع التأكيد على ثني اليمنى أكثر قليلاً ليكون

الارتكاز الأكبر عليها.

« ثني الذراع اليمنى التي تحمل السلاح جانباً للمستوى الأفقي.

« رفع الذراع اليسرى جانباً مع ثني المرفق فوق الرأس.

- الخطوات الإضافية في أداء المباراة وتحت الاستعداد:

حائضاً الركبتين أكثر من اللازم أو منعهما أكثر من اللازم.

حضور المشطين في غير الاتجاه الصحيح للقدم.

حائضاً الذراع المسلحة كثيراً أو قريتها.

حائضاً المرفق أو مرفق تشبيح في أحد أجزاء الجسم.

٢) التقدم أو المشي:

وهي عملية التنقل للأمام للوصول إلى الخصم وإحدى الحركات التي تعبر عن قدرة اللاعب على التحرك على أرض الملعب، بالإضافة إلى أن تمكن اللاعب من تنفيذ التحركات على أرض الملعب بشكل جيد تعني سيطرته على المباراة بشكل عام.

- الخطوات الفنية لأداء مهارة التقدم:

- ١- البدء بالتقدم القدم اليمنى مسافة لا تتعدى الخطوة الاعتيادية.
- ٢- تلحق بها القدم الخلفية بنفس المسافة للحفاظ على مسافة رقيقة الاستعداد.
- ٣- يكون باقي الجسم بحالة ارتخاء وينتقل بشكل انسيابي السحاي من الحوض باتجاه الحركة ودون أي تكلف.

- الخطوات التعليمية لأداء مهارة التقدم:

- ١- يبدأ اللاعب برفع مشط القدم الأمامية عن الأرض.
- ٢- يدفع اللاعب القدم اليمنى للأمام بمد الركبة قليلاً.
- ٣- الهبوط على العقب ثم المشط.
- ٤- يدفع اللاعب القدم الخلفية ليتقدم بالجسم بمد الركبة قليلاً وينقل القدم الخلفية بثبات ومنها مرة أخرى والعودة على وضع الاستعداد.

- الخطوات التعليمية لأداء مهارة التقبير:

١- رفع القدم الخلفية عن الأرض بشي الركبة الخلفية قليلاً ثم وضعها بعد أخذ خطوة صغيرة.

٢- رفع القدم الأمامية ابتداءً بالمشط وانتهاءً بالعقب وديها إلى الخلف للعودة إلى وضع الاستعداد.

٣- يتم الهبوط للقدم اليمنى ابتداءً بالعقب وانتهاءً بالمشط.

ملاحظة: تتم تحركات اللاعب على أرض الملعب عن طريق انشاءات متكررة في الركبتين دون أي حركة من الجذع أو الذراعين.

- الأخطاء الشائعة لمهارة التقبير:

١- جميع الأخطاء الشائعة في مهارة التقبير تظهر أيضاً في مهارة التقبير إضافة إلى محاولة اللاعب النظر إلى وراءه.

٤) مهارة الحركة الانبساطية:

وتعتبر هذه المهارة هي الحركة الأساسية لتنفيذ الهجوم على الخصم، وهي أساساً حركة العن بالقدم إضافة على مد كامل الذراع المسلحة، وتقاس قوة وسرعة هجوم اللاعب بشكل أساسي بتنفيذ هذه المهارة حيث يجب على اللاعب عند تنفيذها الاتساع بقوة الدفع وسرعة فرد الذراع المسلحة وتنفيذ الطعن بالقدم اليمنى قبل أن يستطيع الخصم تقديهما.

- الخطوات الفنية لتنفيذ مهارة الحركة الانبساطية:

- ١- يقوم اللاعب بمد الذراع الحاملة للسلاح بشكل أفقي.
- ٢- يدفع اللاعب بالقدم الخلفية بقوة للأمام حتى امتداد الركبة كاملاً والوصول إلى حالة الطعن الأمامي.

- الخطوات التعليمية لمهارة الحركة الانبساطية:

- ١- يقوم اللاعب بفرد الذراع المسلحة من الكوع حتى تصل إلى امتداد كامل مع الكتف وبشكل أفقي.
- ٢- يرفع اللاعب مشط القدم الأمامية مع ارتخاء كامل للرجل الأمامية.
- ٣- يدفع اللاعب بالقدم الخلفية بمد الركبة كاملة والمشط على الأرض.
- ٤- يربط على عقب القدم الأمامية ثم مشطها.

- النقاط الواجب مراعاتها عند أداء مهارة الحركة الانبساطية:

- ١- كتمشط القدم الخلفية بالكامل على الأرض.
- ٢- كإمتداد الكامل لركبة القدم الخلفية.
- ٣- كعدم المبالغة في الطعن وعدم غوص الجسم إلى الأسفل أو ميله للأمام.
- ٤- كتشكيل زاوية قائمة بركبة القدم الأمامية.

- الأخطاء الشائعة عند تنفيذ الحركة الانبساطية:

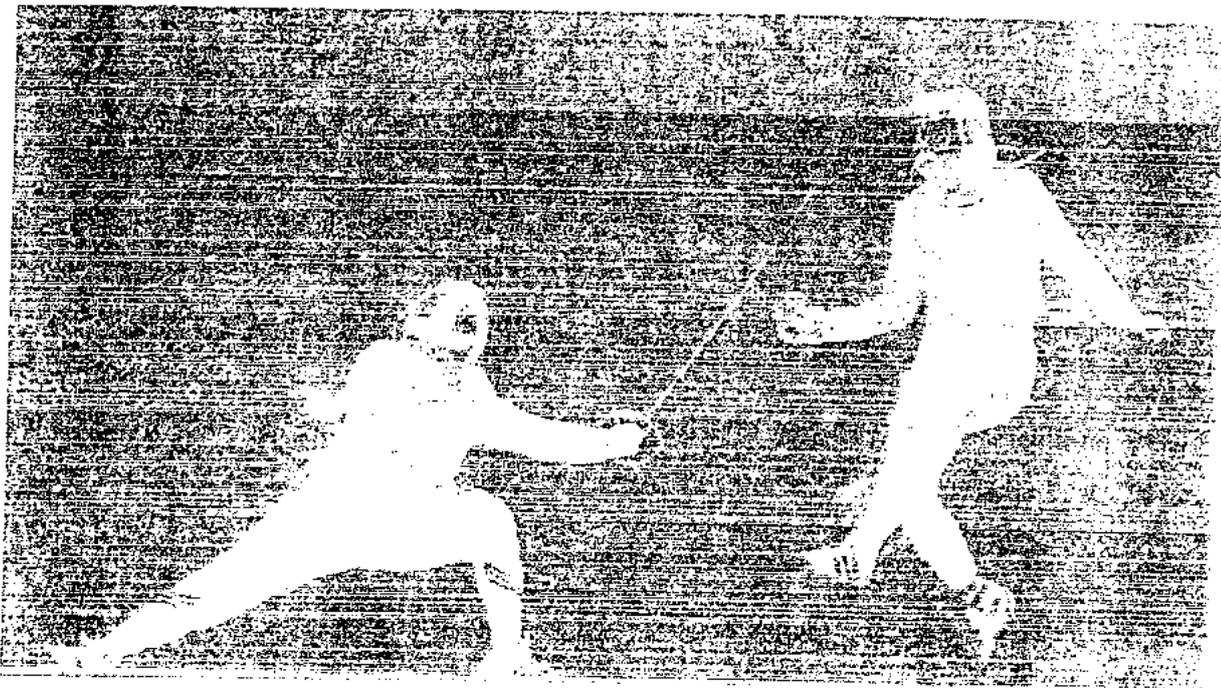
١- تأخر مد الذراع الحاملة للسلاح أماماً فتصبح مع القدم أو بعدها.

٢- يربط القدم الأمامية قبل اكتمال امتداد الذراع.

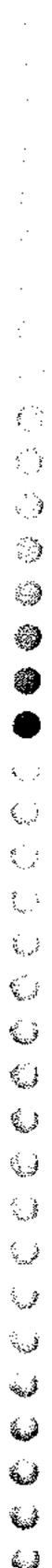
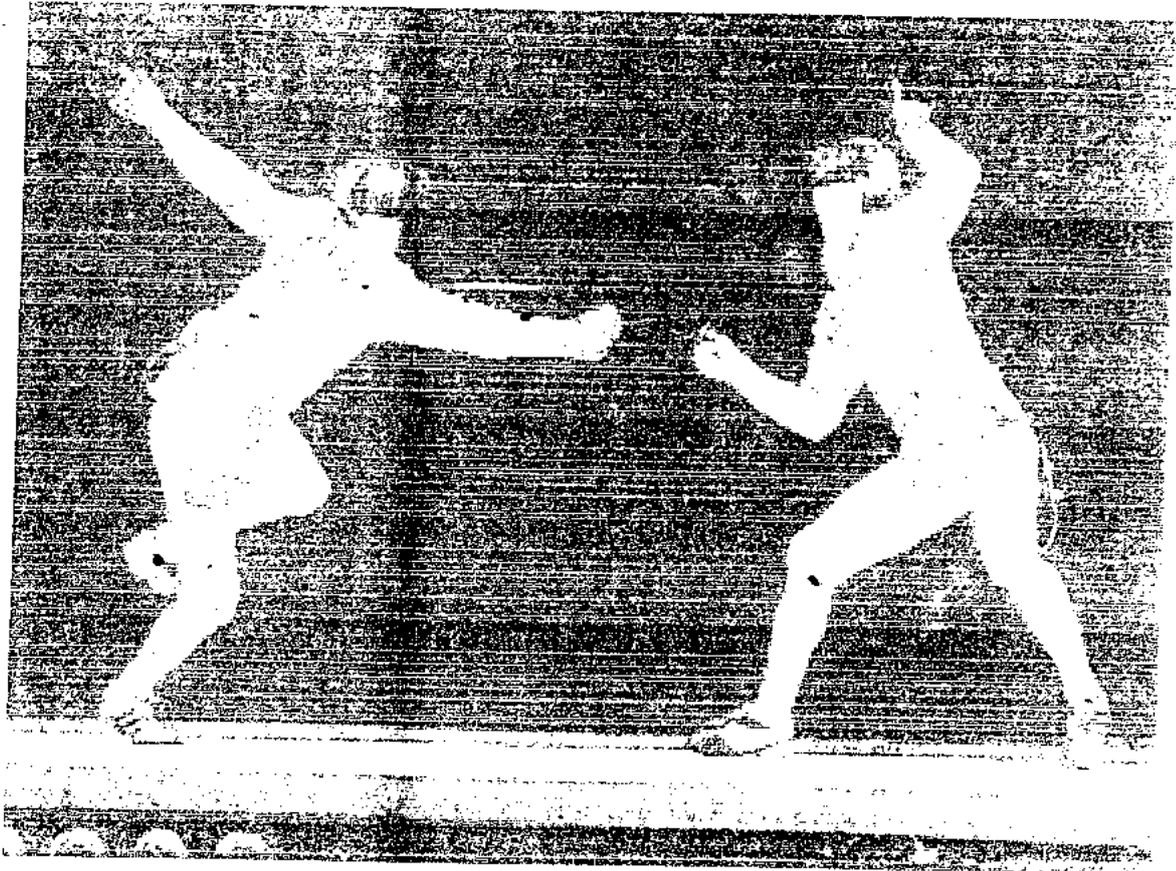
٣- يربط على المشط بدلاً من الكتف.

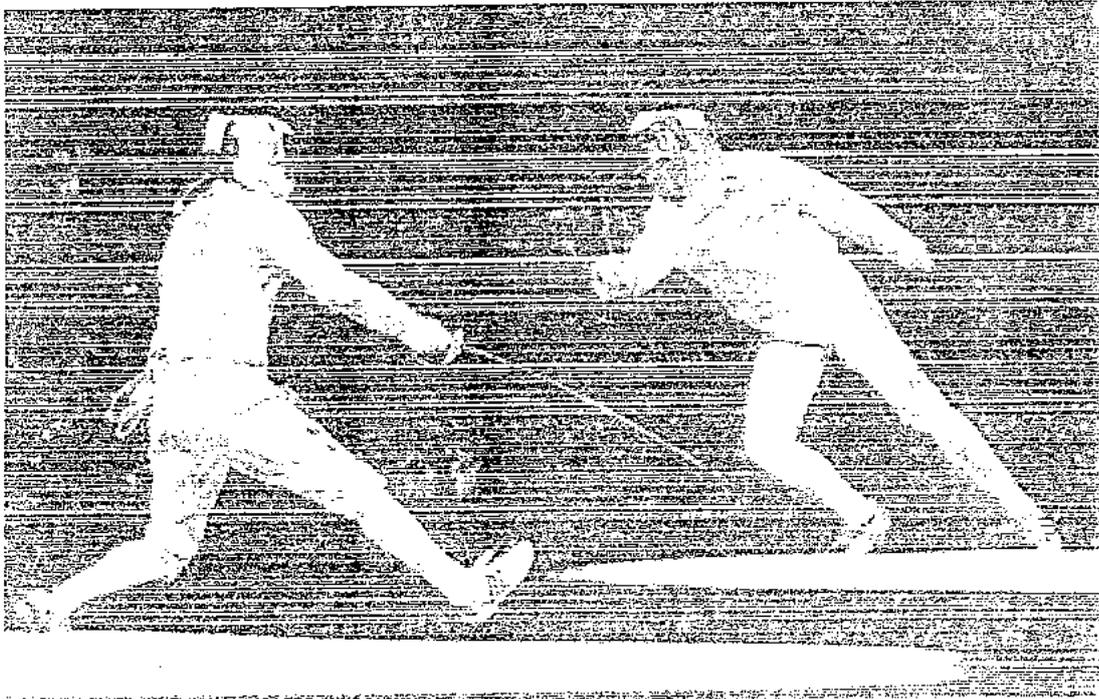
- تغيير اتجاه شط القدم الأمامية أو اتجاه الركبتين.
 - عدم التأكيد على إحدى النقاط الواجب مراعاتها على الأقل.
- وستورد لكم بعض الصور لبعض أشكال الحركة الانبساطية في

الألمحة الثلاث.









إن مهارات التحرك أفعة الذكر لا تشمل جميع مهارات التحرك على
ملعب المبارزة إنما هي التحركات الأساسية للاعب المبارزة والطريقة الفنية
المناسبة للاعب المبارزة المبتدئ إذ أن هنالك العديد من المهارات التي لا
يتم تعليمها إلا بحالات التقدم في المستوى أو الاحترافية لعدم تثبت ذهن
الملاعب بتنفيذ تحركات ليست ذات تأثير كبير على أداء اللاعب والتحصيل
على النقاط مثل حركة الوثب وحركة ضربة القدم والتحريك الجانبي على
الملعب وحركات القرفصاء وتجنب اللمسات، وغالباً ليس هنالك ما يقيد
الملاعب في التحرك على أرض الملعب فيما لا يخالف القانون وللاعب حرية
التحرك ما لم يخرج خارج الملعب أو ما لم يحدث تقاطع بالقدمين في سلاح
السايفر أو ما لم يقوم بأداء حركة تخل بالأخلاق النبيلة للاعب المبارزة.

ثانياً: المهلات مع استخدام السلاح:

إن الهدفين الرئيسيين لاستخدام السلاح هو إما لتنفيذ هجوم أو لمسة أو لصد هجوم أو لمسة، كما يمكن للاعب أن يستخدم السيف لأغراض تساعد على ذلك ممثلاً تشتيت انتباه الخصم أو خداع الخصم وإبعاد سلاح الخصم وحتى إبعاد الخصم نفسه، ومن الملاحظ أن هناك عدة آراء في تدريبات استخدام السيف، وقد اخترنا التقسيم التالي لاستخدامات السيف:

١- الهجوم بالسيف:

الغرض الأساسي من المبارزة واستخدام السيف هو الهجوم والحصول على لمسة كما في جميع الرياضات ففي كرة السلة يتم الهجوم والحصول على النقاط من خلال إدخال الكرة وذات الأمر بالنسبة للألعاب الجماعية والفردية والقتالية خاصة.

وإن أغلب التدريبات في المبارزة تنصب في تمكين اللاعب من تحقيق هجوم ناجح وينتهي بلمسة صحيحة، وهذا التقسيم ينقسم بدوره إلى الأنواع التالية:

أ- الهجوم البسيط: وهي عبارة عن هجوم يتم باستخدام حركة من ذراع كاملة مرة واحدة وينقسم إلى الأشكال التالية:

١- هجوم بسيط مباشر: وهو عملية الحصول على النقطة من خلال من الذراع وليس منطقة معينة من الجسم بدون تغيير وجهة النصل بحركة واحدة من الذراع.

٢- هجوم بسيط غير مباشر: وهو عملية الحصول على النقطة من خلال مد الذراع ولمس منطقة من معينة الجسم مع حدوث تغيير في وجهة النصل بحركة مستقيمة واحدة.

٣- الهجمة القاطعة: وهو عملية الحصول على النقطة من خلال مد الذراع ولمس منطقة من معينة الجسم مع حدوث تغيير في وجهة النصل بحركة منحنية مستمرة واحدة من خلال تحرير النصل من فوق نصل الخصم أو أسفل الخصم، وتسمى في بعض الأحيان الحركة شبه الدائرية أو المقوسية.

- أمثلة على الهجوم البسيط:

- ١ من الوضع الثالث مد الذراع واللمس في الرأس (بسيط مباشر).
- ٢ من الوضع الرابع مد الذراع واللمس في الجانب (بسيط مباشر).
- ٣ من الوضع الثالث مد الذراع واللمس في الجانب بحركة مستقيمة (بسيط غير مباشر).
- ٤ من الوضع الثالث مد الذراع واللمس في ذراع الخصم بحركة مستقيمة (بسيط غير مباشر).
- ٥ من الوضع الرابع مد الذراع واللمس في البطن بحركة غير مستقيمة واحدة (هجمة قاطعة).
- ٦ من الوضع الثالث مد الذراع واللمس في الصدر مع حركة غير مستقيمة واحدة (هجمة قاطعة).
- ٧ من الوضع الرابع مد الذراع واللمس في الرأس مع حركة غير مستقيمة واحدة (هجمة قاطعة).



ب) الهجوم المركب:

وهي عملية الحصول على النقطة عن طريق القيام بأكثر من حركة بالذراع المسلحة وتحركات القدمين وله أشكال عديدة أهمها الهجمة العنيدية والهجمة الدائرية، وأصل الهجوم المركب القيام بخداع الخصم وتشيت انتباه الخصم على السيف والذراع المسلحة، إذ تقوم الهجمات المركبة على إظهار اللاعب أنه يقوم بتحضير هجوم إلى منطقة معينة من الجسم مما يستدعي الخصم إلى اتخاذ وضع دفاعي معين كرد فعل واستجابة لحركة الخصم ويكون بذلك حقق الهدف من هذا النوع من الهجوم فيقوم بتغيير مكان الهجمة.

١- الهجمة العنيدية: وهي عبارة عن حركتين متتاليتين أو أكثر لهجوم بسيط مباشر مثلاً يقوم اللاعب بحركة تقدمية مع تهديد لمنطقة الرأس (الوضع الخامس) من مد الذراع من الوضع الثالث وعند استجابة الخصم يقوم المهاجم بالتبديل إلى وضع تهديد جانب الخصم (الوضع الثالث)، مع بقاء احتمال عدم استجابة الخصم والمتابعة في ذات الاتجاه، ويتم تمرينك الذراع بشكل مستقيم.

٢- الهجمة الدائرية: وهذه الهجمة تشابه الهجمة العنيدية من حيث تركيبها من هجمات بسيطة متتالية ولكن يتم تحريك الذراع بحركة دائرية وليس بطريقة مستقيمة سواء من أعلى تصل اللاعب أو أسفل تصل اللاعب للخصم.

٥٤ الهجوم المضاد:

وهو الهجوم الذي يتم من قبل اللاعب المدافع في توقيت مناسب على الهجوم الذي يبدأ به اللاعب المهاجم، مستغلاً بعض الأخطاء التي ترتكب من قبل المهاجم قبل قيامه بالهجوم، ومن هذه الأخطاء:

- التقرب على الخصم بذراع مثبته.
 - عدم ضبط المسافة التي يتم بدء الهجوم منها.
 - البطء في تنفيذ الهجوم.
 - التردد قبل أداء الهجوم.
 - القيام بحركات مركبة كثيرة قبل مد الذراع وتنفيذ الهجوم.
- ويأخذ هذا النوع من الهجوم شكلين أساسيين حسب نوع الهجوم الذي يقوم به المهاجم (بسيط أم مركب)، وهما:

١) هجمة الإيقاع:

وهي الهجمة التي تتم ضد الهجوم البسيط (بسيط مباشر، تغيير اتجاه، قاطعة)، ويتم باتخاذ وضع مد الذراع المباشر على هدف الخصم قبل قيامه بمد الذراع للشروع بالهجوم، أي القيام بمباغطة المهاجم.

وتقسم إلى:

- هجمة الإيقاف ضد الهجمة المستقيمة المباشرة.
- هجمة الإيقاف ضد الهجمة بتغيير الاتجاه.
- هجمة الإيقاف ضد الهجمة القاطعة.

٢) الهجمة الزمنية المضادة:

وهي نوع من أنواع الهجوم المضاد، وتتم ضد الهجوم المركب (العددي والدائري)، ويعتمد أداء هذه الهجمة على عامل الزمن، إذ يوقت اللاعب المدافع على نهاية الهجوم المركب للاعب المهاجم، وتتم على شكلين هما:

- الهجمة الزمنية المضادة ضد الهجمة العدديّة:

يقوم اللاعب المهاجم بمحاولة أداء الهجمة العدديّة، في التغيّر الأول يحاول اللاعب المدافع أن يعترض طريق سلاح الخصم الذي يقوم بالتغيّر الثاني والانتقال إلى الجهة الأخرى، في هذه اللحظة يبدأ المدافع هجومه المضاد، إذ يقوم بغلق اتجاه الهجوم مرة أخرى، ومن المنطقة المفتوحة على اللاعب المهاجم، بعدها مباشرة يقوم بمد الذراع المسلحة باتجاه هدف المهاجم.

- الهجمة الزمنية المضادة ضد الهجمة الدائرية:

في هذه الهجمة يقوم المدافع بالانتظار إلى ما قبل بدء المهاجم بمد ذراعه في المرحلة الأخيرة من الهجوم المركب الدائري، إذ يستمر بمجازاة اللاعب المهاجم في عمل الدفاع الدائري تحت التغيّر الأول، ومن ثم الاعتراض المباغت لتصل سلاح المهاجم قبل البدء بمد الذراع باتجاه الهدف.

في الهجوم الكاذب:

وهو النوع الأخير من أنواع الهجوم، يأخذ هذا الهجوم شكل الحركات الهجومية التي تم التطرق إليها إلا أنه يكون مقطوعاً وناقصاً في جزئه الرئيس، أي الحركة الرئيسة للهجوم (مد الذراع)، الغرض من هذا النوع من أنواع الهجوم هو:

-كشف نوايا الخصم واستجاباته،

-العمل على خداع الخصم بوساطة القيام بالحركات التمويهية الكثيرة.

-العمل على إغراء المنافس للقيام ببعض الحركات التي يقصد من وراءها تطبيق تخطيط معين.

٢- استخدام السيف في الصدر:

وهذا ما يعرف عادة بأوضاع التبارز وهي في الأساس أوضاع دفاعية مع إمكانية استخدامها في الهجوم لتشتيت انتباه الخصم وخداعه، وهذه الأوضاع هي ثمانية أوضاع يختلف استخدامها وطريقة تعليمها والتدريب عليها بين الأنسنة الثلاث بحيث أنه كل منها يغطي منطقة من جسم اللاعب حتى أنه في بعض التقسيمات في جسم اللاعب يقسم حسب أوضاع الدفاع إلى أربع مناطق أساسية وهي الداخلية العليا - والداخلية السفلى - الخارجية العليا - الخارجية السفلى، وذلك لأن مكان اللمسة مرتبط باتجاه حركة السيف من أي وضع من الأوضاع وهذه الأوضاع بعضها أساسي وبعضها مشتق وهي:

الدفاع الأول (مشتق): يدافع عن المنطقة العليا الداخلية في سلاح الإيبويه أما في سلاح السابر والفلوريه فهو يدافع عن المنطقة السفلى الداخلية، وهذا الوضع يستخدم في سلاح الإيبويه أكثر من استخدامه في سلاحي السابر والفلوريه، ويتم اتخاذ هذا الوضع من وضع الاستعداد بتحرك مفصل الكتف إلى يسار اللاعب وتريك الساعد بشكل أفقي بنفس الاتجاه مع تحويل اتجاه النصل للأسفل بشكل عامودي تقريباً والكف بحالة الكعب، واتجاه الوافي الخارج.

الدفاع الثاني (مشتق): يدافع عن المنطقة السفلى الخارجية، ويستخدم هذا الوضع في الأسلحة الثلاث بنفس السوية تقريباً ويتم الوصول إلى هذا الوضع من الاستعداد بكمب الشراخ المنحرف للسلاح لتصبح أفقية وإبقاء الساعد قريباً مع إمالة شبيهة لنصل أسنن للأسفل

الدفاع الثالث (مشتق): يدافع عن المنطقة العليا الخارجية، وهذا الوضع هو الوضع الذي يتخذه اللاعب في وضع الاستعداد في الأسلحة الثلاث مع اختلاف بسيط في اتجاه النصل واتساع الحركة وقرب أو ابتعاد الذراع الحاملة للسلاح عن جسم الخصم، ففي سلاح السابر يكون النصل منتصباً تقريباً مع إمالة بسيطة باتجاه الخصم والمحافظة على اتجاه الواقي إلى يمين وخارج اللاعب، أما في سلاح الإيبه يكون اتجاه النصل إلى جسم صدر اللاعب الخصم تقريباً وتكون حركة الذراع المسلحة أكثر اتساعاً وابتعاداً عن جسم اللاعب نفسه، وذلك بعكس سلاح الفلوريه حيث تكون الذراع المسلحة قريبة جداً من جسم اللاعب نفسه وحركة الذراع أقل اتساعاً لضيق مساحة النصات المسموح بها.

الدفاع الرابع (أساسي): يدافع عن المنطقة العليا الداخلية، وهذا الوضع يعتبر من أهم وأكثر الأوضاع استخداماً في الأسلحة الثلاث لأنه يغطي أكثر المناطق تعرضاً لهجوم في المبارزة، ولا يختلف تنفيذه كثيراً في الأسلحة الثلاث سوى كما ذكرنا في الوضع الثالث اتجاه النصل واتساع الحركة، وهو مشابه في تلك الصفات للوضع الثالث، ويتم الوصول إليه من وضع الاستعداد بتحريك الذراع جانباً للداخل من مفصل الكتف مع تحريك اتجاه الواقي في سلاح السابر للداخل ويبقى الساعد بوضع أفقي ويتم المحافظة قدر الإمكان على اتجاه النصل في الأسلحة الثلاث باتجاه الخصم إلى مناطق مسموح لمسها.

الدفاع الخامس (مشتق): يدافع عن المنطقة السفلى السفلية في سلاح الإيبه والفلوريه. أما في سلاح السابر فهو يختلف اختلافاً كبيراً فهو يغطي الكتفين، ويتم الوصول إليه في وضع الإيبه كما هو المرسوم في الشكل

ولكن مع خفض السلاح والنصل أكثر إلى الأسفل، أما في السابر فيكون يرفع الذراع المسلحة بتحريك الكتف ليصبح العضد بمساواة الكتف وتحريك الساعد ليصبح عمودياً على العضد والكتف باتجاه الخصم والنصل فوق الجبهة مع حصول زاوية ميل بسيطة للنصل للأعلى، وهذا الوضع أكثر استخداماً في سلاح السابر من الأسلحة الأخرى.

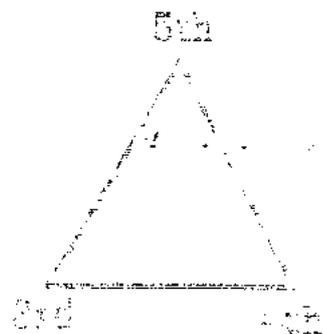
الدفاع السادس (أساسي): يدافع عن المنطقة العليا الخارجية، وهو أكثر الأوضاع استخداماً في سلاح الإيبه والفلوريه، كما يعتمد عليه في التركات الهجومية وذلك لإبعاد سيف الخصم والحصول على منطقة غالبية من الدفاع، ويتم تنفيذ هذا الوضع من وضع الاستعداد بتدوير الذراع الحرة بعركة بسيطة نصف دائرية قليلة الاتساع للأعلى والخارج مع المحافظة على اتجاه النصل والذباية إلى الهدف بشكل صحيح.

الدفاع السابع (أساسي): يدافع عن المنطقة السفلى الداخلية، وهذا الوضع أيضاً أكثر استخداماً في سلاح الإيبه أكثر من استخدامه في سلاح السابر والفلوريه لأنه يغطي منطقة غير مهددة عادة وغير قابلة لأخذ نقطة ولكن تستخدم أحياناً لتنفيذ هجوم مركب أو للدفاع ضد هجمة قاطعة، ويتم الوصول إليه من وضع الاستعداد بخفض الذراع المسلحة قليلاً وانخفاض نصل السلاح للأسفل مع تحريكها لليسار لتغطية المنطقة المهددة.

الدفاع الثامن (أساسي): يدافع عن المنطقة السفلى الخارجية، وهذا الوضع أيضاً يشبه أحد كبير الوضع السابع في كيفية الاستخدام ومثلات الاستخدام ولكن باتجاه المعاكسة، كما تشبه الوضع السادس من حيث التنفيذ ولكن

أيضاً من الأسفل بدلاً من الأعلى حيث بدلاً من تحريك الشراع لليسار يجب تحريكها لليمين وبحركة نصف دائرية للأسفل.

وهذه بعض الصور التوضيحية لأوضاع المبارزة:



Basic Parry Positions

1st is used to protect the left lower side of the body



1st

2nd is used to protect the right lower side of the body



2nd

3rd, or 'en garde' is used to protect the right side of the body



3rd

4th is used to protect the left side of the body



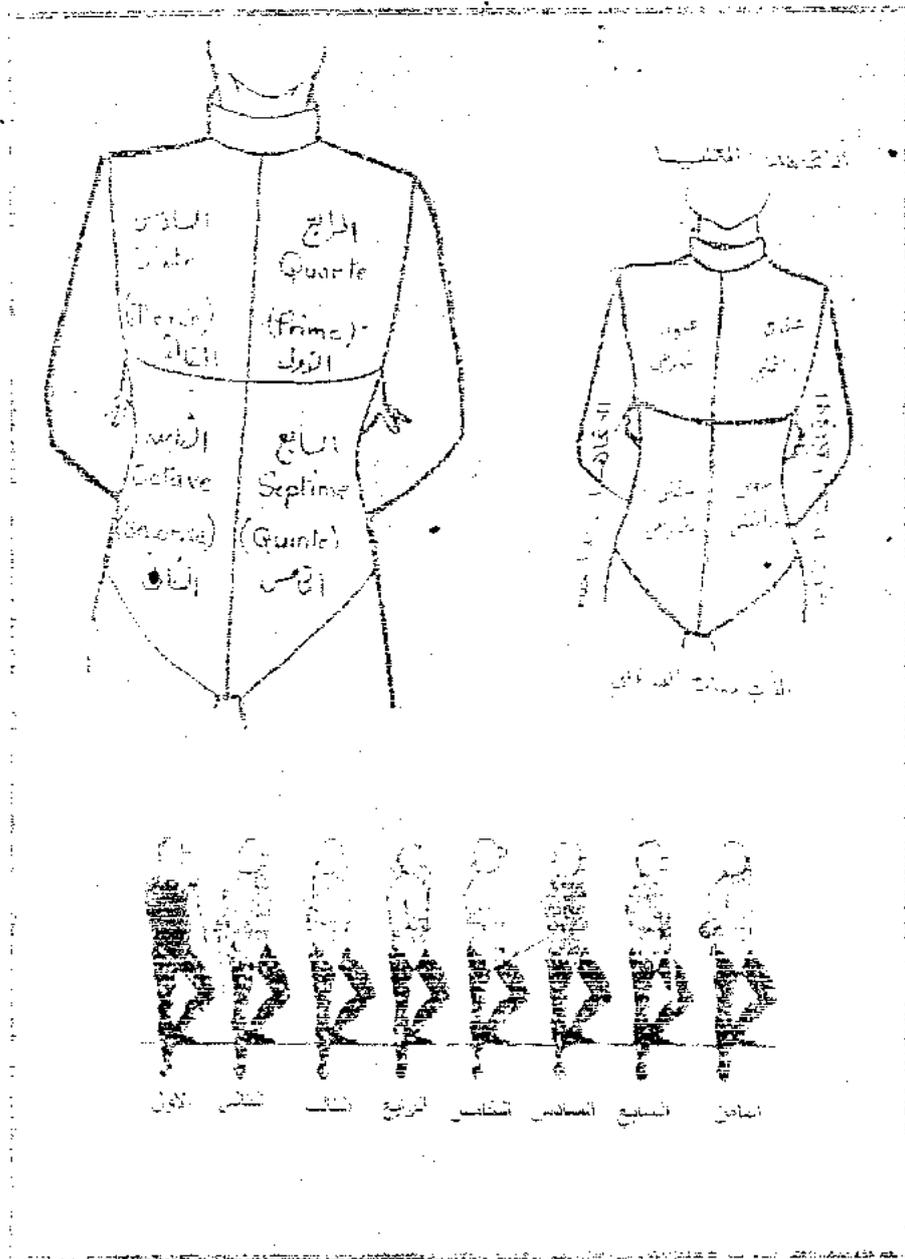
4th

5th is used to protect the head and shoulders



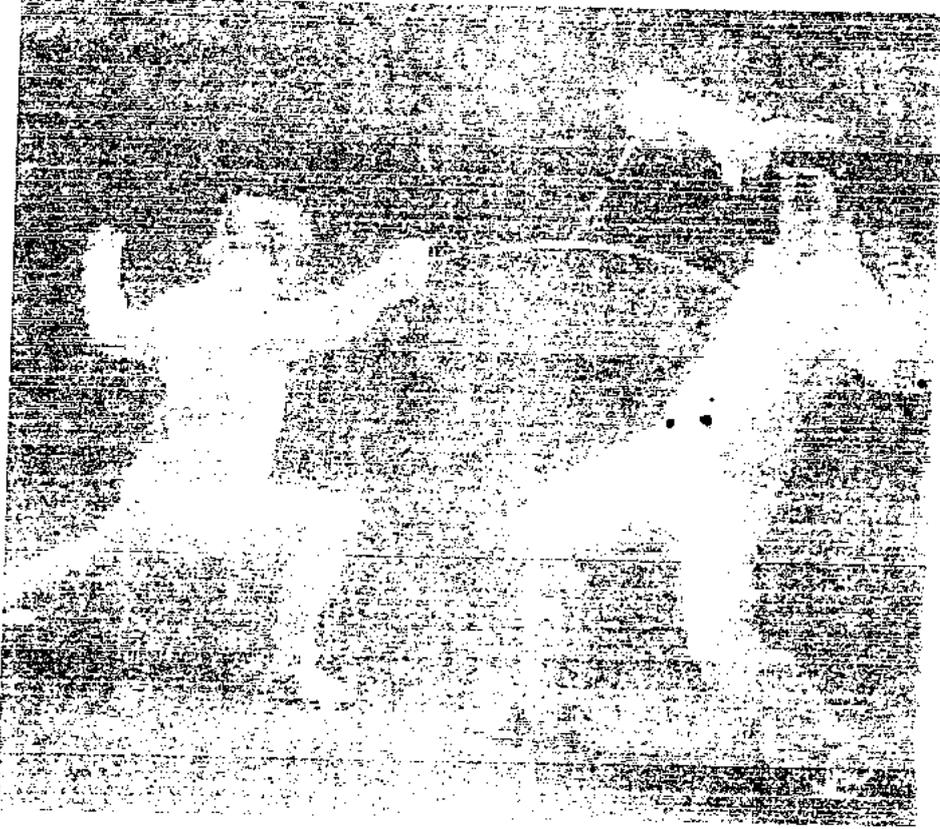
5th

صورة تظهر أوضاع المبارزة في الشراع



صورة توضح تقسيمات مناطق النمس والأوضاع في سلاح الفلوريه

صور لبعض الأوضاع الدفاعية بمختلف الأسلحة



[Handwritten signature]

ويتم استخدام هذه المهارات عند تقارب اللاعبين من بعضهما فيقومان بتأدية هذه المهارات إما لخلق مساحة فارغة من جسم اللاعب تسمح بالحصول على لكمة أو لكسر هجوم لاعب أو الدفاع بطريقة منع الخصم من إيجاد الفرصة المناسبة لتحقيق هجوم صحيح، ويختلف استخدام ذلك بين الأسلحة الثلاث لاختلاف تكتيك المبارزة في كل منها، مع العلم أنها جميعها يتم إيقاف اللعب في حالة احتكاك الوافي، وأغلب هذه الاستخدامات تكون منطلقة من أحد أوضاع التبارز السابقة الذكر، ويمكن تقسيم هذه المهارات إلى الأقسام التالية:

- (١) الضغطة: حيث يقوم أحد اللاعبين بالاستمرار بمهز سيف الخصم بالضغط عليه في المنطقة الضعيفة للسلح ليسط سيطرته على حركة سيف الخصم وحرية إنجاز الهجمة دون حدوث صد.
- (٢) الضرب: ويتم ذلك إما بضربة واحدة لسيف الخصم أو عدة ضربات متتالية بهدف منها إما معرفة رد فعل الخصم عند ضرب السيف في اتجاه معين أو إفساح المجال لتهيئة هجوم على منطقة معينة من جسم الخصم، وأحياناً تكون لكسر هجوم اللاعب والحصول على أفضلية النقطة، وتنفذ هذه المهارة على لاعب الدفاع في حالة اتخاذ وضع دفاع قوي أو في حالة من ذراعه للحصول على نقطة من هجمة مضادة، أو في حالة اللاعب المدافع عندما تكون يد اليد غير ممدودة لكسر الهجوم والحصول على الأولوية.
- (٣) الهجوم: وهنا يحدث من خلال مراوغة السيف نفسه والسيطرة عليه بتغيير اتجاه النصل بشكل مستمر وعدم السماح للخصم بتقسيم الجسم، أو السماح نفسه بتقسيم تكتيك اللاعب في تقسيم سلاح

وتحضير هجمة ناجحة، ويتم بعدة أشكال حسب الوضع الذي يتخذه اللاعبان.

٤) الأتلاق: وهذه المهارة يتم تنفيذها بشكل يجمع بين الحجز والضغط مع الاستمرار بالتقدم حيث يقوم اللاعب بإبعاد سيف الخصم بشكل مستمر حتى تمام حدوث اللمسة.

التحكيم:

أثناء المباراة تحسب اللمسات الصحيحة التي يتم تسجيلها في الأماكن المسموح بها، وكذلك اللمسات التي يقررها رئيس الحكام.

ويتم تسجيل اللمسات التي يحرزها اللاعب في خصمه (أ - ب) ويتم تسجيل اللمسات التي تحرز على اللاعب من خصمه (ب - أ) وتسجل عدد مرات الفوز لكلا اللاعبين في المسابقة، ويتم تسجيل عدد مرات اللعب والفوز والهزيمة لكل لاعب في المسابقة وعدد اللمسات (نه/عليه) والفارق (+ 5 أو - 4 مثلاً).

الحكام:

❖ حكم الساحة - وهو حكم رئيسي حكم ميقاتي.
❖ حكم لتسجيل اللمسات والمباريات طبقاً لتواعد القانون الدولي لمنافسات المبارزة.
ويعطي حكم الساحة إشارة بدء المباراة باستخدام المصطلحات الفرنسية التالية وهي معترف بها ومتعارف عليها دولياً:

- استعداد *On Guard*

- هل أنتما مستعدان؟ *Etes vous prêts = R U Ready?*

- يقول اللاعبان: نعم *Qui = Yes*

- يقول الحكم: إنمبا *Allez = play*

- وعند إحراز اللمسة أو لايقاف المباراة مثلاً يقول

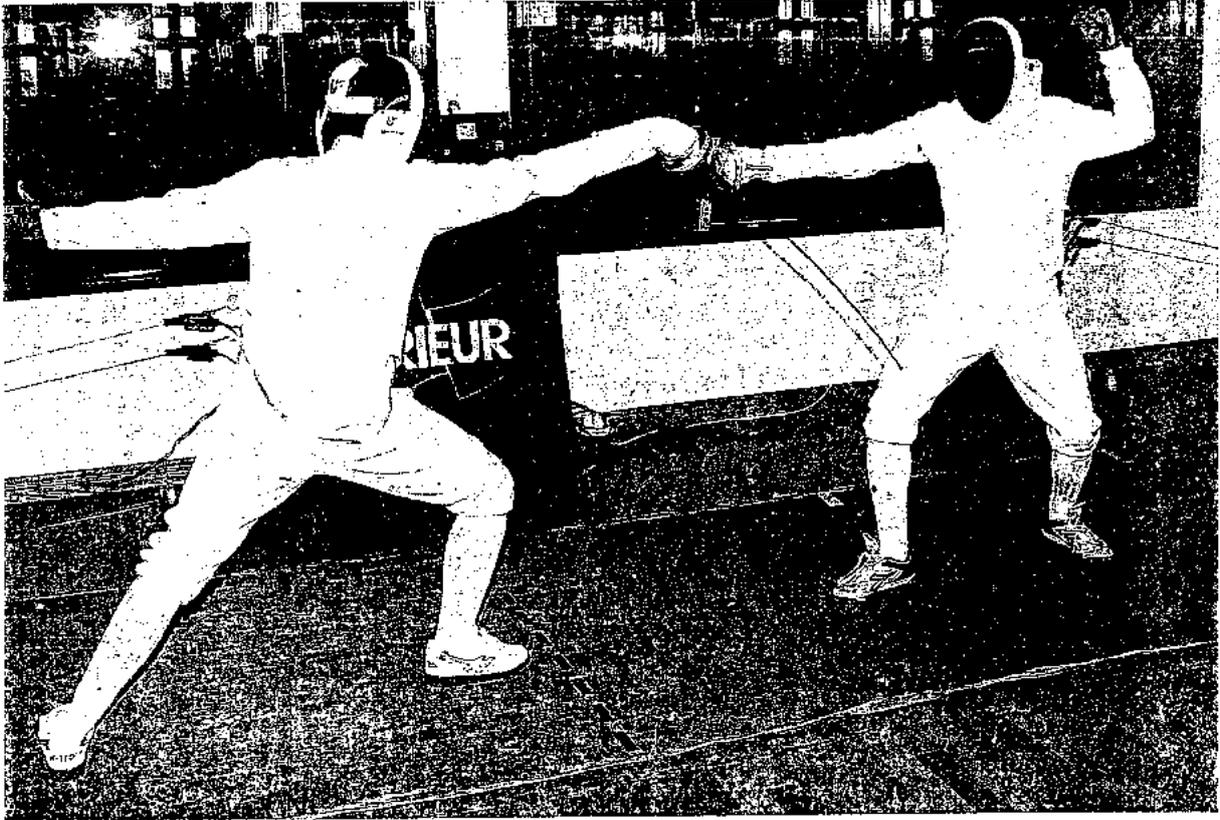


الحكم : Stop = Halte

ويكرر الحكم نفس العبارة لاستئناف المباراة ، ويستمر اللاعبان في المباراة إلى أن يحرز أحدهما لمسة في الآخر ويوقف الحكم «حكم الساحة» المباراة ويعلن النتيجة ١/٠ أو ١/٢ أو ٥/٤ وهكذا.
وكما ذكرنا من قبل مدة المباراة ٩ دقائق ملعوية يحرز فيها اللاعب ١٥ لمسة هذا بالنسبة للمبارزة الفردية وبعد كل ٣ دقائق تكون دقيقة راحة ثم ٣ دقائق لعب ثم دقيقة راحة ثم ٣ دقائق لعب، وإجمالي المباريات ٩ في ٥ لمسات = ٤٥ لمسة، وفي حالة التعادل أو عدم إحراز اللمسات كاملة في كل مباراة فإن الحكم يعطي دقيقة واحدة كوقت إضافي. واللمسة الصحيحة هي اللمسة التي يسجلها المبارز ليصيب بها الهدف في المكان المحدد لها، ويجب توافرها ما يلي:

اللمسات الصحيحة في المبارزة:

- الوخز: ثبات الذبابة (ذبابة السلاح أو السيف) في الهدف.
- النفاذ: أي تكون اللمسة مؤثرة في الإحراز وواضحة لدى الجميع بمعنى أنه إذا كان السيف حقيقياً ننفذ من الهدف كما هو الحال في الصورة هنا.
- بالنسبة لتوقيت المباراة: تجري المباراة من ١٥ لمسة متصلة في زمن قدره ٩ دقائق مقسمة كالآتي:
 - ٣ دقائق لعب ثم دقيقة راحة
 - ٣ دقائق لعب ثم دقيقة راحة
 - ٣ دقائق لعب ثم دقيقة إضافية في حالة التعادل
- على أن يحرز أحد اللاعبين ١٥ لمسة قبل الخصم، وإذا لم يتم إحراز اللمسات جميعاً وانتهى الوقت فيقوم الحكم بإعطاء دقيقة واحدة لعب كوقت إضافي وفي حالة انتهاء الدقيقة دون إحراز لمسات فيهما فإن صاحب الرصيد الأكبر من اللمسات ١٣ لمسة مقابل ١٢ لمسة مثلاً يكون هو الفائز.
- أما إذا كان كلا اللاعبين متعادلين (١١/١١ أو حتى ١٤/١٤ مثلاً فإن الحكم يعطي (٦٠ ثانية) دقيقة وقت إضافي وإذا انتهت الدقيقة دون إحراز لمسات، فيقوم الحكم بعمل قرعة بأي عملة معدنية ويختار كلا اللاعبين أحد وجهي العملة، والوجه الآخر للاعب الآخر (مثلاً الدرهم أو الدلة) ويكون التمييز في صالح أحد اللاعبين الفائز بالقرعة خلال الوقت الإضافي.
- فإذا أحرز أحد اللاعبين لمسة فهو الفائز أما إذا لم تحرز أية لمسة خلال الوقت الإضافي فإن اللاعب صاحب التمييز الذي فاز بالقرعة يكون هو الفائز بالمبارزة .. والغرض من هذا هو تشجيع كلا اللاعبين على إحراز اللمسات الكاملة خلال المباراة.

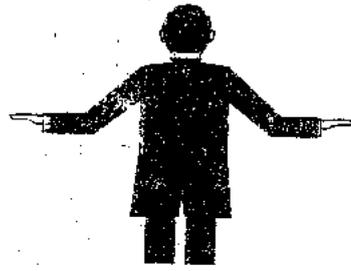


لاعب سيف المبارزة يعزز لسة صحيحة في فخذ اللاعب الآخر خلال المباراة

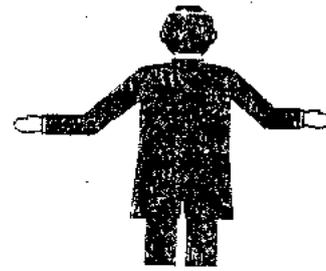
لون بدلة المبارزة:

مما لا شك فيه أن لون بدلة المبارزة هو اللون الأبيض الناصع.. ونقد أكد الاتحاد الدولي على ضرورة علم الدولة على البدلة خلال المباريات الدولية، وكتابة اسم اللاعب على الظهر، مع اسم الدولة التي يمثلها. فبدلاً من أنه كانت توضع شارة بعلم الدولة أحد الذراعين مثل شارة (الكابتن على الذراع لفريق كرة القدم مثلاً).. فقد أصبح العلم على طول البنطلون والأكمام وأيضاً الاسم مكتوب على البدلة من الظهر وبالنسبة للاعبين الشيش (الفلورييه) والسابر فيكتب اللاعب اسمه وبلده على ظهر الفيسيت التي هي منطقة الهدف. ويجوز أن يكون لون البدلة (بييج) فاتح أو بني فاتح، أو بني فاتح قريب للأبيض وهذا متفق عليه دولياً، حسب آخر تعديلات دورة سيدني.

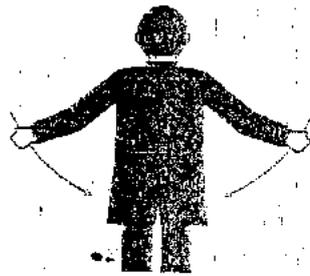
أوضاع إشارات التحكام



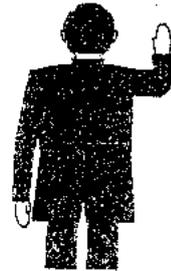
En garde
وضع الوقوف



Prés/Présé
وضع الأمام



Attaque
هجوم



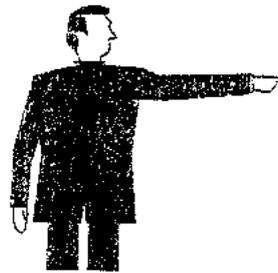
faite!
نعم



Attaque
Contre Attaque!
هجوم
هجوم مضاد



Siencien es
تساوي



Flanc en ligne
جانب



Touché/Touché!
تلامس



Non touché!
لم يلامس



Point!
تلامس

المبارزة

يستخدم لجميع أنواع السيوف الثلاثة ضوئه ١٤ متر لسلاح الشيش (تفلسوريه والسابر والايبيه)، وبالماضي قبل دخول التقنيات الكهربائية على رياضة المبارزة، كان اللاعبين يتباروا ويجانب كل منهما حكمان اثنان انيمين لمراقبة اللاعب المقابل لهما.

ولما تطورت هذه الرياضة وأصبحت تمارس بشكل قانوني ومتقدم، فقد اقتصر عدد الحكام على اثنين على طاولة بجانب منتصف الملعب، وانحكم الثالث وهو حكم الساحة واقفاً أمامهم، ويظهر خط المنتصف أ والخط المتقطع (---) ب/ ج للاعبين عند بداية المباراة، وبعد كل لمسة.

الخطي (هـ / د) خطي البداية عند الدخول في منطقة (٢ متر) والخطي (ل / هـ) هما خطي النهاية، والمنطقة الخلفية هي منطقة الرجوع، ولا بد أن يكون هناك مساحة حرة يستطيع فيها اللاعب الرجوع للخلف، تفادياً للاصطدام بالحوائط أو الحاجز.

عرض الملعب من ١٥٠ سم إلى ٢٠٠ سم أي ٢ متر عرض، وإجمالي الطول يصل إلى ١٤ متر مع ضرورة وجود مساحة حرة خلف الملعب لكلا اللاعبين. وهذا حسب القانون الدولي للمبارزة والمذكور في كتاب التحكيم للمسابقات الصادر عن الاتحاد البريطاني للمبارزة عام ١٩٨٨ م.



تصديلات على القانون الخاص بالملعب:

بالنسبة لسلاح الشيش (الفلورييه) وسلاح السيف (السابر) فإن طول الملعب يصل إلى ١٤ متر طولاً، ويتنفس عرض الملعب من ١٥٠ سم إلى ٢٠٠ سم.

بالنسبة لخروج اللاعب خارج الملعب.. حسب التعديل الجديد للقانون الدولي، فإنه إذا خرج اللاعب برجليه الاثنتين خارج ملعب المبارزة (البيست) فإن الحكم في هذه الحالة يحسب نسه عليه، سواء كان الخروج من الخلف أو من أحد الجوانب.

بعض الحالات التي يكتسب الحكم فيها لمسة

على اللاعب دون أن يكون هناك تسجيل لمسة عليه:

(١) في حالة حصول اللاعب على بطاقة حمراء لأنه كما هو معروف أن البطاقة الصفراء معناها: إنذار أول.

- البطاقة الحمراء وتعني إنذار ثاني = لمسة عليه.

- البطاقة السوداء وتعني: استبعاداً من البطولة.

والذي يعطي هذا هو حكم الساحة. ويتم تسجيل اللمسات أو الإنذارات في ورقة تسجيل النتائج.

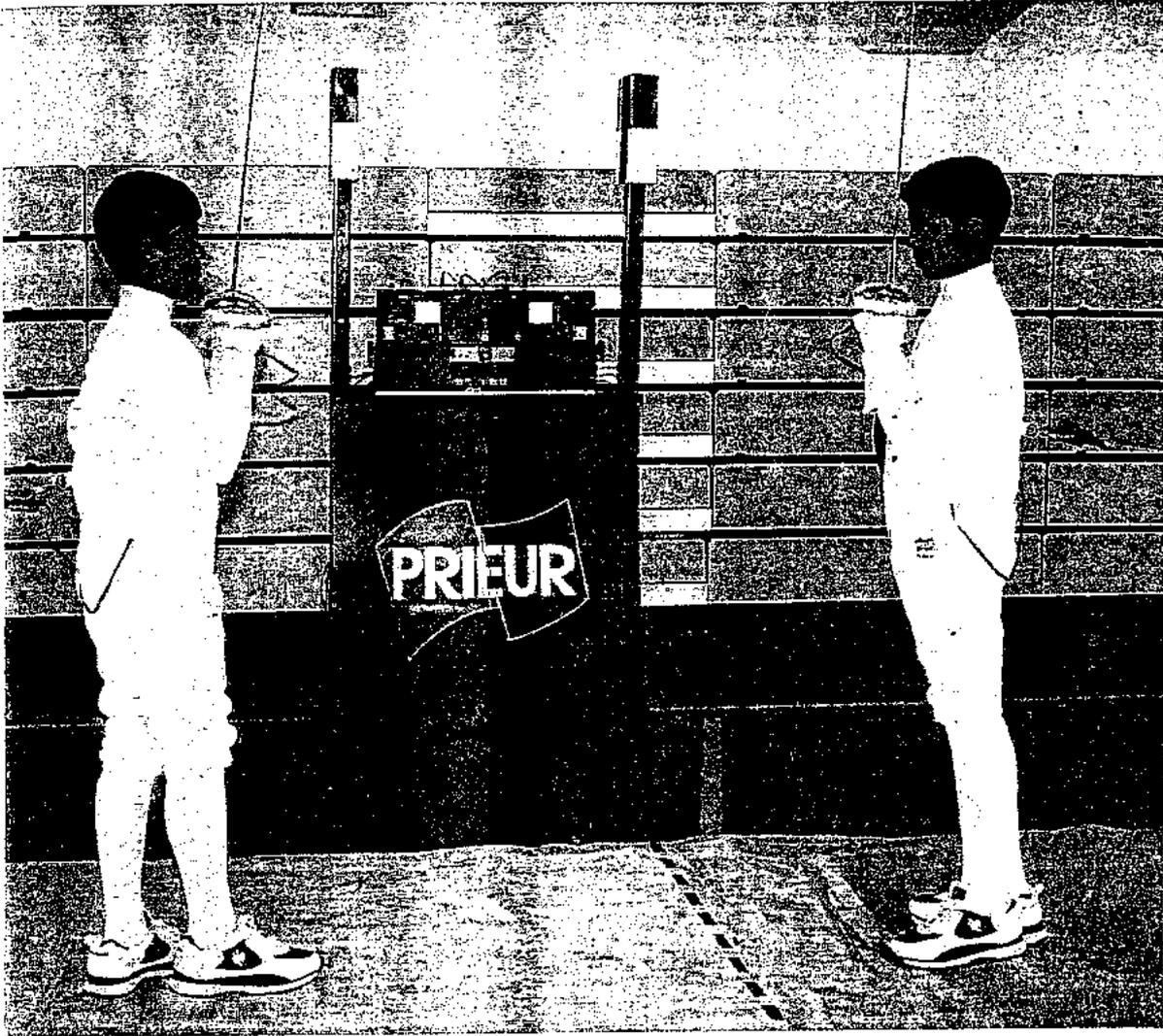
(٢) إذا خرج اللاعب برجليه الاثنتين خارج الملعب سواء كان من الخلف أو من أحد الجوانب حتى لا يعتبر اللعب سلبياً فتحسب لمسة عليه.

بعض التصديلات في القانون الخاص برياضة المبارزة^(١) :

اعتباراً من ٢٠٠٠/١/١ تم تغيير المصايح الدالة على إحراز اللمسة بمعنى أنه إذا كان اللاعب على الجهة اليمنى، والآخر على اليسرى، فإذا أحرز اللاعب الأيمن «الجهة اليمنى» لمسة في الخصم، فإن الجهاز يشير على إحراز لمسة بإضاءة اللمبة التي هي بالناحية اليسرى (ناحية الخصم) وإذا أحرز اللاعب (على الناحية اليسرى) لمسة في خصمه الذي هو في الناحية اليمنى، فإن الجهاز يعطي إشارة بإضاءة اللمبة على الناحية اليمنى، فالمصباح الذي هو على الناحية اليمنى (الأخضر)، والمصباح الذي على الناحية اليسرى (الأحمر) كما هو واضح في الصورة.

وبعد التعديل فقد أصبح الضوء والإشارة للاعب الذي هو في نفس الناحية بمعنى أنه إذا أحرز اللاعب الأيمن لمسة في الخصم فإن الجهاز يضيء المصباح الأخضر اليمين، وإذا حدث وأحرز اللاعب الأيسر لمسة في الخصم

(١) كان أول استخدام لهذا النظام في دورة الألعاب الأولمبية/ سيدني ٢٠٠٠



صورة لجهاز احتساب النتائج

فإن الجهاز يعطي إشارة (حمراء) بإحراز اللمسة.

أما الضوء الأبيض في الجهاز، فهذا يعني في حالة المبارزة بسلاح الشيش (الفلوريه) أن اللمسة لم تكن في منطقة الهدف الصحيحة «الفيست» أي أنها خارج المنطقة القانونية المحددة لإحراز اللمسة فيها، ويطلق عليها (نوفالاب)، وهكذا الحال في سلاح الحسام (السابر).

قواعد هامة يجب على اللاعب الالتزام بها:

يجب على كلا اللاعبين تأدية التحية لبعضهما، ولحكّم الساحة وتجنهور قبل المباراة، وبعد المباراة وأن يسلما على بعضهما باليد الخالية قبل المباراة، وبعد المباراة وأن يسلما على بعضهما باليد الخالية من القفاز، ويكون السيف مرفوعاً إلى أسفل الذقن، أثناء التحية بالسيف.

المدرسة الإنجليزية للمبارزة تجد أن كلا من اللاعبين يقوموا بتحية بعضهما البعض بعد كل لمسة يتم إحرازها.

❖ لا يجوز الاتهام بشدة أو الدخول بالجسم على الخصم.

❖ لا يجوز للاعبين مسك السلاح باليد الأخرى أثناء المباراة إطلاقاً، ولا يجوز رمي السيف على الأرض أثناء اللعب أو حتى بعد انتهاء المباراة.

❖ لا يجوز للاعبين جميعاً خلع قناع الوجه أثناء المباراة إلا بعد توقفها، وعليه أن يأخذ إذن من حكم الساحة بخلع القناع نظراً لخطورة ذلك.

❖ لا يجوز الدوران بالجسم خلال المباريات، أو مسك السيف باليد الأخرى (الخالية).

❖ لا يجوز توقف المباراة إلا في حالة إحراز لمسة صحيحة، أو إضاءة الجهاز لأي سبب، أو إصابة اللاعب، أو عدم القدرة على اكتمال اللعب، أو الانسحاب، ويعطي الحكم وقت يستمر لمدة (١٠) دقائق لمعالجة اللاعب المصاب على «البيسيت» الملعب، ثم العودة للمباراة. وإلا فيكون الانسحاب بواسطة تقرير طبي من الطبيب المتواجد.

❖ لا يجوز لأي لاعب تسجيل لمسة بعد أن يوقف حكم الساحة المباراة، ولكن إذا كانت اللمسة مع كلمة (قف) (Halte) الذي يقولها الحكم فهي لمسة صحيحة.

❖ لا يجوز احتساب اللمسة التي يسجلها أحد اللاعبين في الأخير قبل أن يقول الحكم (Allet) أبدأ اللعب أو قبل بدء المباراة، ولا تحسب اللمسات التي يتم تسجيلها بعد انتهاء الوقت.

لوحة نتائج المباريات:

يتم تسجيل أسماء المشاركين في المسابقة أو البطولة، ورقم كل منهم حسب تقدمه ومستواه، ثم يكتب اسم النادي / الهيئة، ويسجل الحرف (V) للنصر (Victor) أو الحرف (D) للهزيمة (Defeat)، وفي الخانات الأخرى (اللمسات نه/ عليه) عدد مرات الفوز، عدد مرات الهزيمة، فارق اللمسات، الترتيب، وفي الملاحظات يسجل إذا حصل على إنذار أو طرد أو شطب والسبب لها، ويستخدم هذا النموذج في كل ملعب، وكل دور على حدة. يذكر اسم المسابقة والتاريخ، ونوع السلاح، رقم اللاعب، الدور التمهيدي ١٦ نهائي.. مع ذكر أسماء الحكام ورؤساء الحكام.

ترتيب دور الـ (٣٢)

الهيئة	الاسم	م
		١
		٢
		٣
		٤
		٥
		٦
		٧
		٨
		٩
		١٠
		١١
		١٢
		١٣
		١٤
		١٥
		١٦
		١٧
		١٨
		١٩
		٢٠
		٢١
		٢٢
		٢٣
		٢٤
		٢٥
		٢٦
		٢٧
		٢٨
		٢٩
		٣٠
		٣١
		٣٢

مناوبات دور الـ (٣٢)

		١
		٢٢
		١٧
		١٦
		٩
		٢٤
		٢٥
		٨
		٥
		٢٨
		٢١
		١٢
		١٣
		٢٠
		٢٩
		٤
		٣
		٣٠
		١٩
		١٤
		١١
		٢٢
		٢٧
		٦
		٧
		٢٦
		٢٣
		١٠
		١٥
		١٨
		٢١
		٢

ترتيب دور ال 16:

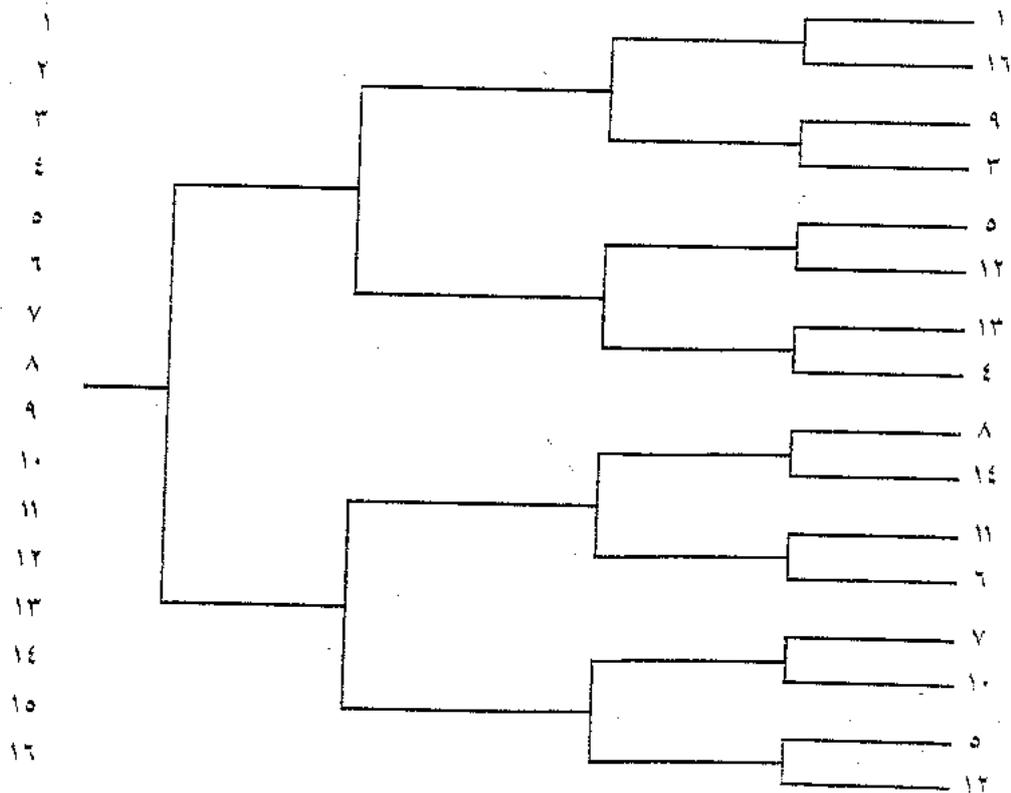
يتم بناءً على أعلى مرات فوز اللاعب بوضع في (أ) مع أقل عدد لمسات، ويعتبر أول الترتيب ويوضع أقل مرات فوز، وأكثر لمسات عليه في دور ال 16 كما هو موضح، ويكون الفائز مع الفائز إلى مرحلة أخرى ثم إلى المربع الذهبي ثم الدور النهائي.

الجهاز الكهربائي الخاص بسيف المبارزة:

هو جهاز كهربائي به عدد 4 مصابيح مضيئة الأول أحمر على اليسار، والأخير أخضر على اليمين، وبينهما مصباحان أبيضان، والأحمر يضيء في حالة إحراز اللاعب الذي ناحيتها لمسة في المكان الصحيح لإحراز اللمسة والأخضر كذلك بالنسبة للاعب الآخر، أو يمكن احتساب اللمستان معاً في حالة سيف المبارزة ولا يضيء المصباحان الأبيضان في سيف المبارزة. (كما هو واضح بالصنحة ٧٤)

أما في سيف سلاح الفيش، وسلاح السيف فكل منهما تقريباً متشابه حيث يضيء الجهاز أحمر أو أخضر إذا سجل اللاعب لمسة في مكان الهدف بالنسبة لهذا النوعان من السلاح، أي يسجل في الفيسيت المتصل بالكهرباء عن طريق السلك الكهربائي المار تحت البذلة (البودي كورد).

ترتيب دور ال 16



لوحة نتائج مباريات الفرق

سلاح:	الجنس:	الدور:	التاريخ:
-------	--------	--------	----------

N2	فريق (ب)
4	
5	
6	
احتياطي	

N1	فريق (أ)
1	
2	
3	
احتياطي	

ترتيب المباريات

3-6	5-1	2-4	6-1	3-4	5-2	1-4	6-2	3-5
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

الاسم		اللسات	اللسات	الاسم		
3		1	1	6		
		2	2			
		3	3			
1		4	4	5		
		5	5			
		6	6			
2		7	7	4		
		8	8			
		9	9			
1		10	10	6		
		11	11			
		12	12			
3		13	13	4		
		14	14			
		15	15			
1		16	16	6		
		17	17			
		18	18			
3		19	19	4		
		20	20			
		21	21			
2		22	22	5		
		23	23			
		24	24			
1		25	25	4		
		26	26			
		27	27			
2		28	28	6		
		29	29			
		30	30			
3		31	31	5		
		32	32			
		33	33			
1		34	34	4		
		35	35			
		36	36			
2		37	37	6		
		38	38			
		39	39			
3		40	40	5		
		41	41			
		42	42			
1		43	43	4		
		44	44			
		45	45			

وإذا كان التسجيل في مكان آخر غير مكان الهدف فإن الجهاز يضيء المصباحان وعندئذ يقول الحكم (NovalapLe) أي لسة غير محسوبة.

يحق للحكم إيقاف المباراة في الحالات التالية:

- ١- إذا أحرز أحد اللاعبين لسة في الآخر.
- ٢- إذا خرج أحد اللاعبين خارج الملعب.
- ٣- إذا حدث أي عطل في أحد السلاحين أو السلك الكهربائي أو الجهاز.
- ٤- إذا طلب أحد اللاعبين إيقاف المباراة لضبط السيف مثلاً.
- ٥- إذا قطع السلك الكهربائي المارتحت ملابس أحد اللاعبين.
- ٦- إذا كان سيف أحد اللاعبين لا يعمل، وقد أحرز اللاعب الآخر لسة في الخصم.
- ٧- إذا انتهت المباراة حسب الوقت المحدد وإعطاء دقيقة وقت إضافي.
- ٨- إذا لوحظ أحد المتبارزين يتساهل في اللعب مما يعتبر سوء سلوك منه.
- ٩- اعتذار أحد اللاعبين عن اللعب نظراً لمرضه أو إحساسه بالإرهاق بعد بدء المباراة وهذا نادر.
- ١٠- إذا كان هناك بأحد اللاعبين (في ملابسه) فتحة قد تضره، ليخبره بضبط ملابسه مثلاً.

مسابقات الفرق:

يتكون كل فريق من ٢ لاعبين + ١ لاعب احتياطي لكل فريق، ويكون في كل ملعب فريقان ٢/٢ مقابل ٢/٢ وبياري كل لاعب من الفرق (أ) لاعبي فريق (ب) إلى أن تتم ٩ مباريات في ٥ لسات. ويستمر بنفس نظام الفردي إلى الوصول للدور النهائي بين فريقين.

نموذج لجدول مباريات (الفرق):

إلى مسابقات الفرق من يمثل كل نادي فريق مكون من ٢ لاعبين وعلى النحو التالي تكون المباريات:
الإجمالي ٩ مباريات في ٥ لسات = ٤٥ لسة، وزمن كل مباراة ٥ دقائق مع إضافة دقيقة في حالة التعادل.
من الضروري الحفاظ على المسافة بين اللاعب واللاعب الآخر.

بالنسبة للسة المزدوجة تحسب صحيحة وتحسب لكل لاعب لسة، مثلاً ١/١ ثم ٢/٢ = (Double) ثم (Double 3/3) وهكذا إلى أن يحرز أحد اللاعبين لسة واحدة بعد الوصول للسة الأخيرة.
مرفق صور لنموذج جدول مباريات الفرق.

Engagement (Engagement) : تلاحم :

تلاحم نصليين مضادين أي تقاطعهما.

Feinte (Feint) : تهويشة :

امتداد الذراع المسلحة تظاهراً بالهجوم من أجل الحصول على استجابة من المنافس.

Tempo (Timing) : توقيت :

تنفيذ حركة المبارزة في الوقت المناسب.

Partie Faible (Foible) : جزء ضعيف :

الجزء من النصل القريب من الذبابة.

Partie Forte (Forte) : جزء قوي :

جزء النصل القريب للواقي.

Corps a Corps : جسم الجسم :

عندما يتلاحم اللاعبان بحيث لا يستطيعان استخدام أسلحتهما بالطريقة الصحيحة.

Phrase D'arme (phrase of fencing) : جملة التبارز :

فترة تبارز مستمرة مكونة من عدة حركات بين متنافسين.

Deveiooppemcnt (Development) : حركة انبساطية :

فرد الذراع والطنع لغرض توصيل هجمة.

Piste : حلبة :

الجزء من الملعب الذي تقام عليه المبارزة.

Linge D'avertissement (Warming Line) : خطي تحذير :

خط على بعد متر واحد من الحد النهائي في الشيش الذي عنده يحذر اللاعب.

Invitation : دعوة :

فتح اتجاه لمنح المنافس فرصة لحركة هجومية.

Parade (Defence) : دفاع :

هو صد هجمة المنافس بمقابلة نصله وإبعاده.

Parade Circulare (Circular parry) : دفاع دائري :

الدفاع الذي يقوم فيه نصل المدافع برسم دائرة للم نصل المنافس.

في المبارزة بسيف الحسام حسب تعديلات (٢٠٠٠).

⦿ **Attaque au Fer (Attack on the Blade):** هجمة على النصل:

الضرب أو الضغط، أو السحق وتستخدم جميعها لفتح اتجاه الهجمة أو خداع المنافس.

⦿ **Attaque Simple (Simple Attack):** هجوم بسيط:

هجوم ينفذ بحركة واحدة إما مباشرة أو مباشرة.

⦿ **Attaque Indirecte (Indirect attack):** هجوم غير مباشر:

هجوم بسيط أو رد في اتجاه آخر.

⦿ **Fausse Attaque (False attack):** هجوم كاذب:

حركة هجومية ليس المقصود بها تسجيل لسة.

⦿ **Attaque Directe (Direct attack):** هجوم مباشر:

هجوم في نفس اتجاه التلاحم عندما يكون مفتوحاً.

⦿ **Attaque Composee :** هجوم مركب :

هجوم يتركب من تهويشة أو أكثر قبل أداء الحركة الختامية:

العددية الثنائية (واحد/ اثنين)

• هجوم مركب يتكون من:

١- تهويشة بالمغيرة.

٢- الهجوم بمغيرة أخرى بعد تقادي الدفاع المباشر.

⦿ **Contre Attaque (Counter attack):** هجوم مضاد:

ضربة الإيقاف والضربة الزمنية.

⦿ **Coquille (Guard):** واقوي:

أحد أجزاء مجموعة القبض الموجود بينه وبين النصل لحماية يد اللاعب.

⦿ **Position de la Garde (On Gaurd):** وضع الاستعداد:

الوضع الأساسي الذي تبدأ منه الحركات الهجومية وتتم فيه الحركات الدفاعية أي جميع حركات المبارزة.

