

مربیگری فلوره {۵}

ترجمه و تنظیم: عباسعلی فاریابی

حرکت های تهاجمی کونتر(ضد حمله)

حرکت تهاجمی کونتر یعنی ضد حمله ای است که، بجای دفاع، روی اتک حریف اجرا می شود. و بر دو نوع هستند: ضربه های ایست زمانی و ایست زمانی اپوزه.

ضربه ایست زمانی

ضربه ایست زمانی قابل قبول ضد حمله ای است که باید با فاصله **یک زمان شمشیربازی** زودتر از اتک حریف به هدف اصابت کند.

توجه: زمان شمشیربازی **یعنی زمان مورد نیاز برای اجرای یک حرکت تیغه، دست، بدن یا پاها یا هرگونه ترکیبی از آنها در آن واحد، می باشد.**



ضربه ایست زمانی اپوزه

ضربه ایست زمانی اپوزه ضد حمله ای است که مسیر نهایی اتک حریف را می بندد و هم زمان با بیرون راندن تیغه حریف ضربه را وارد می سازد.

همیشه نیازی نیست که تلاش کنیم اتک حریف را دفاع کنیم. گاهی اوقات حرکت های تهاجمی بعضی از شمشیربازان آنچنان پیچیده و سردرگم می شود که تلاش برای دفاع آنها امکان پذیر نیست. شمشیربازان دیگری هم وجود دارند، که به علت فقدان هماهنگی حرکتی، اتک خود را با دست جمع اجرا می کنند، یا اینکه دست خود را در میانه اتک عقب می کشند. این عقب نشینی دست، اغلب اوقات می تواند یک فریب باشد، و تلاش برای دفاع آن واقعا سخت می باشد.

قوانین شمشیربازی اجازه می دهد که این نوع حرکت های غیر معمول اجرا شوند، یعنی اینکه بازیکن دفاع کننده در این شرایط از دفاع صرف نظر کرده و ضد حمله ای را اجرا کند، به شرط اینکه دفاع کننده بتواند ضربه خود را قبل از آغاز حرکت نهایی اتک حریف بزند. به عبارت دیگر، در صورتی که شمشیرها تیز بودند، **اتک کننده نمی توانست اتک خود را کامل کند و اسیر تیغه دفاع کننده می شد.**

کلیهٔ اتک‌هایی که دربرگیرندهٔ یک یا دو فنت هستند، یا آنهایی که با دست جمع اجرا می‌شوند، حتی اگر دست در ابتدا راست شده باشد، سپس در میانهٔ اتک جمع می‌شود، در برابر ضربهٔ ایست زمانی آسیب‌پذیر هستند. با این وجود، ضربهٔ ایست زمانی، حرکت ساده‌ای برای بهره‌گیری در بازی نیست و نیاز به مشاهده و بررسی دقیق بازی حریف دارد، ضمن اینکه باید پیش‌بینی شود که حریف چه وقت دوباره آن اشتباه را تکرار خواهد کرد. در بازی معمولاً وقت کافی برای دیدن آغاز اتک نیست، چه رسد به اینکه ببینیم چه وقت دست جمع می‌شود تا اینکه ضدهمله را اجرا کنیم. مگر اینکه زمان عکس‌العمل ما بموقع باشد و اتک حریف هم خیلی خیلی آهسته باشد که بتوانیم جمع شدن دست را ببینیم، در غیر این صورت اگر ضدهمله همزمان با حرکت پایانی اتک آغاز شود **بدون زمان** بوده و غیر قابل قبول خواهد بود.

زننده ضربهٔ ایست زمانی معمولاً یک ریسک حساب شده‌ای را به مرحلهٔ اجرا می‌گذارد. این ریسک بر اساس اطلاعات قبلی برگرفته از حرکات حریف استوار می‌باشد. آن یک حرکت با قصد قبلی می‌باشد، که بر پایه تخمین بازیکن مبنی بر اینکه آن اشتباه چه وقت دوباره تکرار خواهد شد، استوار است.



هر گاه این اتفاق بیافتد، ضربهٔ ایست زمانی باید بدون مکث و بلافاصله اجرا شود. در صورتی که ریسک درست باشد و زمان صحیح باشد، زمان ضربهٔ ایست زمانی درست بوده و مورد پذیرش واقع می‌شود. اما در صورتی کار غیر صحیح باشد، ضربهٔ ایست زمانی ما بدون زمان بوده، و مورد پذیرش واقع نخواهد شد. امکان ندارد که زننده ضربهٔ ایست زمانی بتواند حرکت خود را تغییر دهد یا اینکه آن را به دفاع تبدیل کند، بجز بعضی موارد بسیار نادر. بدین ترتیب به سادگی باید گفت که در صورتی که ضربهٔ ایست زمانی روی یک اتک دو زمانه اجرا شود باید روی حرکت اول اتک به ثمر برسد. و اگر روی اتک "یک-دو-سه" اجرا شود آن باید روی حرکت اول یا دوم این اتک به هدف اصابت کند.

یک بتمان اتک مستقیم صحیح اتکی است که با دو زمان شمشیربازی اجرا می‌شود که ضربهٔ ایست زمانی تنها با فریب بتمان می‌توان روی آن اجرا شود. قانون t.88 فدراسیون جهانی نشان می‌دهد در صورتی که اتک کننده روی حرکت خود مورد فریب واقع شود مرتکب اشتباه شده است. زیرا بتمان یک حرکت آمادگی جهت اجرای اتک می‌باشد، نه خود اتک. در نتیجه بازیکن دفاع کننده باید بتمان را پیش‌بینی کند و آمادگی فریب آن را داشته باشد. در صورتی که حرکت فریب موفقیت‌آمیز باشد بازیکن متدافع حق تقدم را به دست آورده و ضربهٔ وی به ثمر خواهد نشست، حتی اگر ضربهٔ بازیکن اتک کننده نیز بطور همزمان به هدف اصابت کند.

در صورتی که حرکت فریب بتمان و راست شدن دست با تردید انجام شود، این سلسله مراتب حرکتی صحیح نخواهد بود، بویژه اگر بتمان همراه با راست شدن دست باشد. اگر اتک و حرکت فریب همزمان با هم به ثمر برسند ممکن است این تصور برای داور ایجاد شود که ضربهٔ ایست زمانی بدون زمان بوده است. با این وجود، در صورتی که اتک کننده روی حرکت آمادگی خودش دچار یک حرکت فریب بشود خطایی مرتکب شده است، و این حرکت فریب حق تقدم را به دفاع کننده خواهد داد.

استفاده از ضربهٔ ایست زمانی اپوزه در بازی خیلی سخت‌تر می‌باشد. این حرکت علاوه بر اینکه نیاز به همان مشاهدات و پیش‌بینی‌ها دارد به اطلاعاتی نیز نیاز دارد که مشخص کند که اتک در کجا به اتمام خواهد رسید، ضمن اینکه فرستادن شمشیر به آن مسیر نیاز به زمان سنجی بسیار عالی دارد، تا درست در عین حالی که اتک را از مسیر خارج می‌کند ضربه را نیز به ثمر برساند. اشتباه کوچکی در پیش‌بینی مسیر نهایی

اتک یا خطای اندکی در زمان راست شدن دست سبب خواهد شد که بازیکن دفاع کننده همزمان با کونتر اتک خود ضربه اتک را نیز دریافت کند. در این حالت کونتر اتک بدون زمان خواهد بود، زیرا که روی حرکت نهایی اتک اجرا شده است.

آموزش

آموزش ضد حمله ها بصورت گروهی امکان پذیر نیست زیرا که نمی توان اصل غافلگیری را برای همه اعضای گروه به وجود آورد، ضمن اینکه بازیکن می داند که حریف می خواهد چه کاری را انجام دهد. با این وجود، تکنیک اصلی را می توان آموزش داد، بعنوان مثال، راست کردن دست و ارسال تیغه بازیکن متدافع روی اتک با دست جمع حریف. تنظیم فاصله بدین گونه انجام می شود که از اتک کننده بخواهید یک قدم جلوی بزرگ همراه با دست جمع بردارد. این کار سبب می شود که فاصله مناسب شده و دفاع کننده نیاز نخواهد داشت برای رساندن ضربه به هدف، بدن خود را خیلی زیاد به جلو خم کند. بدین ترتیب تکنیک ضربه ایست زمانی آموخته می شود و زمان سنجی و فرصت طلبی مورد نیاز جهت موفقیت آمیز کردن حرکت در بازی های واقعی به دست خواهد آمد.



ضربه ایست زمانی اپوزه روی اتک با ردکن و درگیری روی سیکس بازیکن دفاع کننده بهتر فرا گرفته می شود، زیرا که در صورت تیغه اتک کننده از روی تیغه دفاع کننده سر بخورد این درگیری حمایت اضافی به دست مسلح دفاع کننده می دهد.

- همچنان که اتک کننده با دست جمع قدمی را برمی دارد و با یک ردکن به مسیر سیکس نشانه می رود، دفاع کننده دست خود را در مسیر سیکس راست می کند و همزمان با اصابت کونتر اتک هدف سیکس خود را پوشش می دهد.
- باید به خاطر داشته باشیم که ضربه ایست زمانی اپوزه تنها در مسیر هدف بالایی سیکس می توان اجرا کرد، بدین صورت که دست مسلح اتک کننده پایین و پوینت شمشیر بالا قرار دارد. در نتیجه توصیه می شود در مراحل اولیه آموزش به اتک کننده ها آموزش های لازمه را بدهیم تا از اجرای این وضعیت اطمینان حاصل شود. پایین گرفتن دست مسلح، هدف اتک کننده را باز نگه می دارد تا دفاع کننده بتواند کونتر اتک خود را با اطمینان وارد سازد.
- در صورتی قرار باشد ضربه ایست زمانی اپوزه روی اتکی که هدف بالا را کاملا پوشش داده است اجرا شود، حتما باید روی مسیر پایینی اکتاو اجرا شود. در چنین وضعیتی بازیکن کونتر اتک کننده ابتدا باید اطمینان حاصل کند که دست مسلح بازیکن اتک کننده بالا اما پوینت شمشیرش پایین قرار گرفته است.
- ضربه های ایست زمانی اپوزه همیشه روی بخش بیرونی دست مسلح اجرا می شوند، نه روی بخش های باز هدف یعنی کوارت و سبتیم. این بدان معنا نیست که هرگز نمی توان آن را در این مسیرها بکار برد، اما باید یادآوری کنیم که اجرای آن در این مسیرها امنیت کم تری دارد تا مسیرهای بیرونی دست مسلح یعنی سیکس و اکتاو.

کونتر تایم (ضد زمان)

کونتر تایم یعنی برانگیختن حریف به اجرای کونتراتک (ضربه ایست زمانی)، سپس دفاع کردن آن و دادن ریپوست مناسب.

هنگامی که بازیکن با حریفی بازی می کند که عادت به کونتر اتک دارد می توانیم زمان اجرای آن را تا حدودی پیش بینی کرد. به منظور برانگیختن این کونتر اتک، ضد حمله کننده باید با اجرای یک اتک کاذب این توهم را برای بازیکن دفاع کننده ایجاد کند که او قصد اجرای یک اتک به ظاهر واقعی را دارد.

اگر اتک کاذب خصوصیات یک اتک واقعی را داشته و به اندازه کافی متقاعد کننده باشد، بازیکن دفاع کننده را به اجرای ضربه ایست زمانی تهییج خواهد کرد. هرگاه بازیکن متدافع مرتکب این ضربه ایست زمانی شد می توانیم به سادگی آن را دفاع و جواب (ریپوست) داد.

مهارت اصلی در این حرکت، که به وضوح می توان آن را **حرکت با قصد ثانویه** نامید، در این است که بتوانیم اتک کاذب اغوا کننده ای را اجرا کنیم، اما در عین حال آن قدر به دفاع کننده نزدیک نشویم تا از دریافت ضربه ایست زمانی او اجتناب کنیم. پس از دفاع کرن ضربه ایست زمانی، اکنون دفاع کننده باید فهمیده باشد که ریپوست باید با حمله اجرا شود یا خیر. در صورت شکست در این تشخیص بسیار منطقی است که انتظار داشتیم باشیم دفاع کننده با عقب نشینی خود از ضربه فرار کند، و در عین حال حالت تدافعی بگیرد. بسیاری از شمشیربازان قادرند ضربه ایست زمانی را به درستی برانگیزند، آن را دفاع می کنند ولی در به ثمر نشاندن ضربه موفق شکست می خورند، به این علت که آنها نمی توانند عکس العمل اتوماتیک تدافعی دفاع کننده را پیش بینی کنند و ریپوستی را انتخاب کنند که بتواند آن عکس العمل را فریب دهد.



در صورتی که کونتر اتک کننده زیاد به حریف نزدیک شود، ممکن است که ریپوست حریف مستقیم و بدون حمله اجرا شود. اما اگر فاصله درست حفظ شود در این صورت ممکن است تصور شود که دفاع کننده با یک دفاع، معمولا دفاع جانبی، عکس العمل نشان خواهد داد، و یک ریپوست غیر مستقیم مورد نیاز خواهد بود. برای فریب دفاع جانبی، ریپوست حتما باید همراه با ردکن باشد.

همه این مطالب نشان می دهد که کونتر تایم از نظر تکنیکی از حرکت های خیلی ساده تشکیل شده است، اما برای اجرای موفقیت آمیز آن در مبارزه واقعی نیاز به قوه ادراک و پیش بینی قوی دارد.

- **پیش بینی** - یعنی اینکه بدانید حریف چه وقت قصد اجرای کونتر اتک را دارد.
- **فریب** - یعنی اجرای اتک کاذبی که به اندازه کافی اغوا کننده باشد تا ضربه ایست زمانی را برانگیزد.
- **فاصله** - یعنی اینکه آنقدر به حریف نزدیک نشویم تا ضربه بخوریم، یا اینکه آنقدر از حریف دور نباشیم تا زمان اجرای ریپوست را از دست بدهیم.
- **زمان سنجی** - یعنی هماهنگ کردن دفاع و ریپوست با ضربه ایست زمانی و عکس العمل حریف.

نکات آموزشی

- ابتدا، حرکات آمادگی اغوا کننده را به گروه آموزش دهید. در صورتی که حرکت تیغه با یک جامپ جلو اجرا شود بهتر خواهد بود.
- حرکت تیغه معمولا با دست جمع اجرا می شود تا اینکه حریف تشویق به کونتر اтак بشود و همچنین وضعیت خوبی برای دفاع داشته باشیم.
- سپس، حرکت آمادگی را با تمرکز روی اصل فاصله تمرین کنید.
- در این تمرین دفاع کننده کونتر اтак را اجرا می کند اما نمی تواند ضربه خود را بزند، چون که اтак کننده کمی دورتر از فاصله ریپوست قرار دارد.
- در پایان جامپ جلو، اтак کننده باید تعادل خوبی داشته باشد و آمادگی داشته باشد تا ریپوست را با حمله یا بدون حمله اجرا کند.
- در صورتی که پاهای اтак کننده کاملا باز و زانوهاش خم باشند کمک زیادی به او خواهد کرد. این عمل از نوسان بدن به جلو و از دست دادن تعادل، که به سبب کوشش بازیکن برای واقعی نشان دادن اтак به وجود می آید، جلوگیری خواهد کرد.
- هرگاه تسلط روی فاصله مناسب ایجاد شد دفاع و ریپوست را به تمرین اضافه کنید.
- یک تمرین مناسب برای حفظ کنترل و تعادل وجود دارد که تمرین **عکس العمل انتخابی** جهت دفاع و ریپوست نامیده شده است. در این تمرین دفاع کننده حق انتخاب های زیر را دارد:

۱. یک ضربه ایست زمانی را اجرا کند و نزدیک اтак کننده باقی بماند، آنگاه اтак کننده باید آن را دفاع کرده و ریپوست مستقیمی را بدون حمله اجرا کند.

۲. ضربه ایست زمانی را اجرا کند و همزمان با یک دفاع عقب نشینی کند، آنگاه اтак کننده باید آن را دفاع کرده و ریپوست غیر مستقیمی را با حمله اجرا کند.

سپس می توانیم گزینه ها را با تنوع دادن به دفاع افزایش دهیم، که متعاقبا اтак کننده ریپوست مناسب هر دفاع را انتخاب خواهد کرد. نکات اصلی که باید در هنگام آموزش کونتر تایم به دنبال آن باشیم عبارتند از:

- تاکید بر روی **اтак کاذب**.
- **فاصله و تعادل صحیح** بعد از اтак کاذب.
- **هماهنگی زمانی** ضربه ایست زمانی و دفاع.
- **انتخاب ریپوست صحیح**.
- انتخاب صحیح در بکار بردن حمله با ریپوست، یا بکار نبردن آن.

