

# چند تمرین ابتدایی برای آغاز تمرینات تاکتیکی ایه

## ترجمه و تنظیم: عباسعلی فاریابی

چرخه های تاکتیکی شمشیربازی که قبلا در این وبلاگ منتشر شده است، یک نمودار عملی بسیار مفیدی می باشد که می تواند به بازیکنان در درک چگونگی و زمان استفاده از تاکتیک کمک کند. آنها همچنین نشان می دهند که چگونه می توان با تاکتیک های مختلف شمشیربازی مقابله کرد. ضمن اینکه اهمیت پیش بینی و حدس استراتژی حریف را به ما نشان می دهند. البته برای بازیکنان حرفه ای، تشخیص و پیش بینی حتی تا چهار حرکت بعدی حریف، از اهمیت حیاتی برخوردار است، ضمن اینکه باید به آسیب پذیری خود در هنگام حمله توجه ویژه ای داشته باشید.



برای اجرای تمرین های زیر باید از دستگاه آپاره الکتریکی استفاده شود.

۱. شمشیرباز A با پیشروی و اجرای یک ضربه زاویه دار روی میج دست یا بازوی شمشیرباز B، او را تحریک می کند تا کونتراتک کند. B به دست A کونتراتک می کند. A حرکت خود را با یک حمله سرشی، کامل می کند و ضربه خود را به ثمر می رساند.
۲. مانند تمرین شماره ۱ بالا، B کونتراتک را به سمت A ارسال می کند و با یک ردکن از تلاش A برای گرفتن تیغه جلوگیری می کند. (این تمرین را با تمرین شماره ۱ بالا بصورت متنوع اجرا کنید).
۳. در صورتی که B کونتراتک نکند، A می تواند با گرفتن تیغه یا بدون گرفتن تیغه به هر بخش باز هدف حمله خود را کامل کند.
۴. A می تواند بجای اجرای ضربه زاویه دار یک حمله مستقیم اجرا کند.

۵. A با یک حرکت فریب بتمان اтак، ضد حمله B را تحریک می کند. A یک حرکت بتمان ریز و قوی و به دنبال آن یک ضربه کوتاه به مچ دست یا ساعد B اجرا می کند. B یک ضد حمله به بازوی A اجرا می کند. A تیغه B را بصورت اپوزه می گیرد و حرکت خود را تکمیل می کند.
۶. B این حق انتخاب را دارد که ضد حمله را بصورت فریب اجرا کند و تلاش بعدی درگیری A را با یک ردکن خنثی کند.
۷. در صورتی که B کونتراتک نکند، A اтак خود را ادامه می دهد.
۸. A بجای حرکت فریب بتمان اтак، اтак مستقیمی را اجرا می کند. این حمله مستقیم می تواند بدون درگیری تیغه به هر هدفی، از جمله پا، انجام شود، یا اینکه با گرفتن تیغه بصورت حمله سرشی اجرا شود.
۹. A تصمیم می گیرد یک فشار تند در مسیر ۴ (کوارت) به تیغه B وارد کند تا ضد حمله B را برانگیزد. B با ردکن ضد حمله می کند. A تیغه را می گیرد و حمله خود را به اتمام می رساند یا اینکه یک ضربه اپوزه را اجرا می کند.
۱۰. B این گزینه را دارد که یک ضد حمله با ردکن را اجرا کند. A باید یک ضربه ایست زمانی را روی بازوی B اجرا کند.
۱۱. اگر B ضد حمله نکند، A می تواند حمله را با اولین درگیری در مسیر ۴ (کوارت) کامل کند.
۱۲. A این حق انتخاب را دارد که یک ضربه سرشی مستقیم - یا یک حمله با فریبی را اجرا کند.
۱۳. درست مانند تمرین های شماره ۹ تا شماره ۱۲ فوق فشار را در مسیر ۶ (سیکس) اعمال می شود.



این تمرینات اولیه تاکتیکی به شمشیرباز کمک می کند تا موارد ذیل را بیاموزد:

- چگونه می توانیم حریف را به ضد حمله وادار کنیم.
- چگونه یک اтак کاذب را انجام دهیم.
- چگونه یک اтак کاذب را با یک اтак واقعی متفاوت کنیم.
- تشخیص اтак کاذب.
- در برابر اтак کاذب چه باید کرد.
- بهره گرفتن از عکس العمل آهسته حریف.