

清流の国ジュニアアスリート育成プロジェクト
競技プログラム フェンシング競技【キッズ第4期生】

プログラムの初めには、テニスボールや三角コーンを使い、楽しみながらウォーミングアップを行いました。その中で頭を使うことの大切さも学びました。

次にフェンシングの構え、狙いを定めて剣で突く等の基本練習を通じて、フェンシングの基本動作を学びました。

その練習の成果として、実際の対人プレーの中で、相手のすきをついて攻撃したり、相手の攻撃を防御して攻めに転じたりしながら、ポイントを奪えるようになりました。

また、ゲームを通じて、相手との駆け引きやスピード感を味わい、フェンシングの楽しさを体感しました。

講師の先生からは、「スポーツは楽しくやること」を大切にしてほしいと言われました。さらに「勝つためにどうすればいいかを考え、練習も自分で工夫して考えると上手くなっていく」と助言をいただきました。

日時：令和元年9月7日(土)・14日(土)・21日(土) 18:00～20:00

会場：はしまモアフェンシングクラブ フェンシング場
羽島市福寿町本郷1215(不二羽島講堂)

講師：岐阜県フェンシング協会
竹田 さゆり 氏 高橋 裕美 氏 福田 正徳 氏

協力：はしまモアフェンシングクラブ

目標：
・フェンシングの構えや基本動作を身につけよう。
・技やフェイントを習得し、対人プレー(攻め・守り)をしてみよう。
・ゲームを通じて、相手との駆け引きやスピード感を味わい、フェンシングの楽しさを体感しよう。

内容：
・基本練習、対人プレー練習
・ゲーム(個人戦) 等

