

2017NAVI ミニムキャンプ(中1)報告

(公社) 日本フェンシング協会
育成・普及委員会



当事業の謝金、旅費、使用料等の一部は、
スポーツ振興くじ (toto) の助成によって
まかなわれています。

1. 会場

〒297-0201 千葉県長生郡長柄町上野 521-4 (生命の森リゾート)
日本メディカルトレーニングセンター Tel 0475-35-3333

2. 実施期日及び参加者

| | 男子 | 女子 | 計 |
|---------------------------------|-----|----|-----|
| ・中学1年生の部 2017年9月16日(土)～9月18日(月) | 18名 | 4名 | 22名 |

3. 指導者

岡崎直人 (メインコーチ : FJE 育成委員) 岩間秀子 (FJE アンチドーピング委員)
佐藤秀明 (FJE 情報戦略委員) 山崎 豊 (FJE 育成委員) 中田玲子 (FJE 育成委員)
吉澤博通 (FJE 育成委員) 添田康雄 (FJE 育成委員) 蛭川浩一 (東京 YMCA)
北田 葵 (宮城県 F 協会) 高橋風子 (秋田県 F 協会) 福島涼香 (慶応大学)

4. 研修内容

(1) 1日目 (9月16日)

○アンチドーピング研修

中学生からドーピング検査対象となるため未成年者は親の同意書が必要だが、日本フェンシング協会では選手登録時、親のドーピング検査同意を得て登録することになっており、協会に登録することで同意とみなす。



○アイスブレーキング

○ウォームアップ

○フットワーク

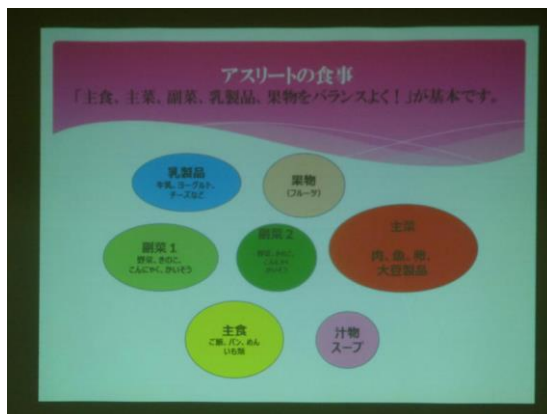


○ルール講習

違反と罰則

審判用語とジェスチャー

○マルシェファントの撮影 (動画)



○栄養指導

○夕食バイキング

アスリートの食事

主食、主菜、副菜、乳製品、果物を



栄養指導の実践

栄養バランスを考えてチョイス

彩り良く食べる

(2) 2日目 (9月17日)

○フローズダルムを考える実践

フローズダルムとは剣による会話 = 攻撃権のやりとり

どちらの攻撃権かわかりにくいフレーズをグループで考え発表



- ・A: マルシェで前へ B:大きく下がって同時にファースト
- ・A:アタック B:パレーリポストを外す ジュゼームを同時に突く
- ・A:アタックを外す B:コントロールアタックを外す 両者同時にジュゼームを突くなど

○攻撃権を得るレッスン

プレ、アレから

- ・A:少し早くマルシェで入り、マルシェ・ファースト
- B:少し遅れてマルシェ、コントロールタン
- ・A マルシェで止まる、ファースト
- B:マルシェ、ファースト
- A:コーチ B:選手



○映像分析 (動画)

- ・全員を撮影、映像を見ながらコーチより一人一人のマルシェファーストに対して改善点をコメント



○制限ファイティング

- ・エンドラインに後足をつけて
- ・延長1分、相手にプリオリティ
- こうした状況での戦略を考える

(3) 3日目 (9月18日)

○試合

男子 予選6人プール：5本勝負

女子 予選6人総当たり (含：コーチ)

勝ち上がりトーナメント9人

敗者トーナメント9人

15本勝負トーナメント戦を経験



A班 コーチと選手



B班 コーチと選手



C班 コーチと選手



D班 コーチと選手

5. 所感

ミニムキャンプの締めくくりは中学1年生であった。

メインの実技では、フラーズダルムにおけるアタックの取り方、相手が攻撃権を取ったときの対処の仕方を中心に練習した。中学生ともなると、フラーズダルムへの理解が進み同時命中の場合、どちらの攻撃権かを分析的に考えることができた。また、どちらの攻撃と取るか微妙な場合もあることを理解できたようであった。

今回のキャンプでは、選手が考えて練習することを多く取り入れた。与えられた練習をこなすのではなく、自ら考えてフェンシングをする選手に育っていった欲しいと思う。