
体育実技A(フェンシング) 1単位(春学期)

体育実技A(フェンシング) 1単位(秋学期)

フェンシング実技 初心者から経験者まで 男女共習
春学期・秋学期: 木2

田中 由美子

授業の目的:

ヨーロッパに起源を持ち発達してきたフェンシングの、軽快なフットワークや巧みな剣捌きで相手を突いてポイントを取り合う面白さを指導する。

西洋の武士道を、剣を通して学ぶ。

フェンシング競技には3種類あるが、フルーレを中心に指導する。初心者のみならず経験者にも満足できるプログラムを提供する。

授業の計画:

- 1 フェンシングとは・・・導入、種目・用語の解説
- 2 美しい形で・・・基本のフットワーク
- 3 手と足のバランス・・・基本のフットワーク・アームワーク
- 4 相手に応じて動く・・・相手と向かい合っの練習
- 5 アタック(攻撃)・・・試合形式での練習を始めます
- 6 パラード(防御)
- 7 アタックとパラードの組みあわせ I
- 8 審判のジェスチャー
- 9 アタックとパラードの組みあわせ II
- 10 団体戦の戦い方
- 11 他種目への挑戦 I (エペ・サーブル)
- 12 他種目への挑戦 II (エペ・サーブル)
- 13 戦術について
- 14 成果の発表(大会形式で)
- 15 まとめ

成績評価方法:

出席 60%

技術 15% (単に試合の結果だけではなく、個々に与えられた課題の習熟度を評価)

理解 10% (ルールを理解を中心に)

態度 15% (授業への取り組み・努力などの総合評価)

実施場所:

日吉・マムシ谷フェンシング部道場(更衣室・夏季エアコン完備)

服装携帯品等:

上履き(室内競技用のシューズ)・・・運動靴がなければ授業に参加できません

長ズボン(伸縮のきくもの)・・・危険防止のためにも必ず用意すること

ティーシャツなど汗をかいてもよい運動着

タオル

担当教員から履修者へのコメント:

北京オリンピックの個人戦に続き、ロンドンオリンピックで銀メダルを獲得した日本チームの活躍は、皆さんの記憶に新しいところだと思います。

実際に剣を取ってみることで、興味をさらに広げてください。

講師は日本フェンシング協会理事・前国際フェンシング連盟審判委員・世界ベテランフェンシング大会メダリスト