

実践! フェアプレー習得法

ではどんなことを心がければいいのでしょうか。フェアプレーにおいて大切な3つを話しますね。1つ目はリスペクト(尊敬/敬う)すること。チームの仲間や試合相手はもちろん、周りで支えてくれる人たちがいなければ、スポーツを楽しむことはできません。みんなに対して、普段からリスペクトの気持ちを持つようにしましょう。

楽しむためには、フェアプレーが不可欠

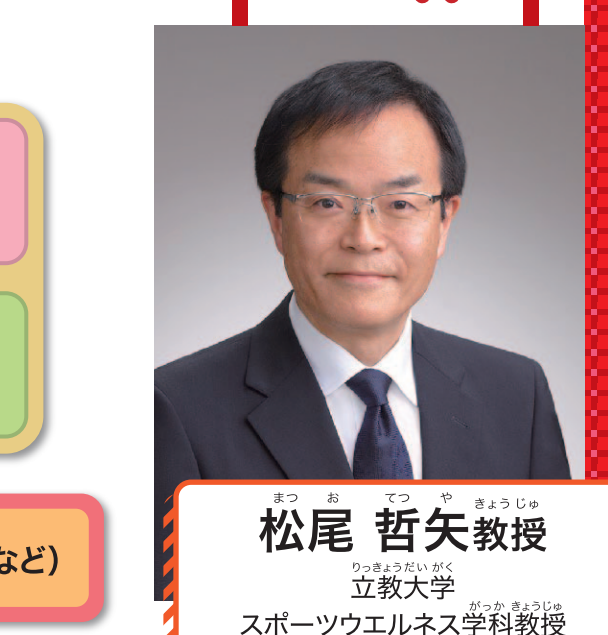
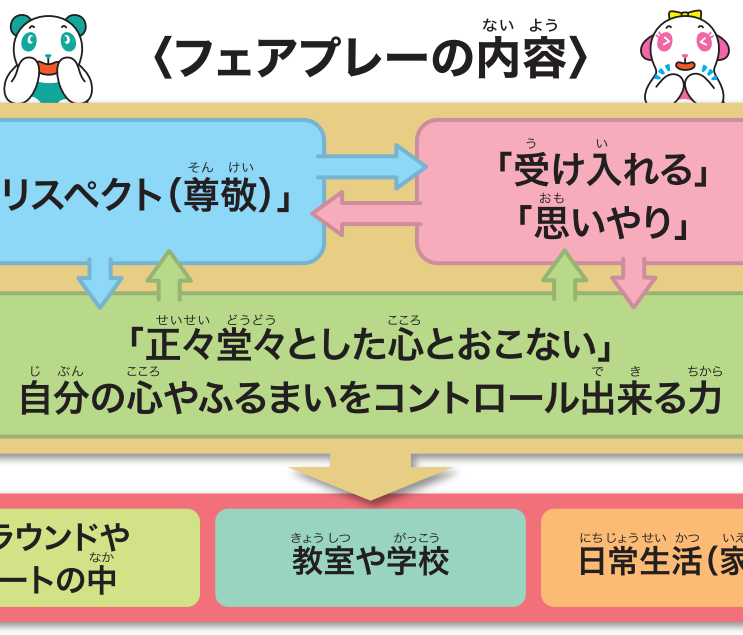
そもそもどうしてフェアプレーをしなければならないのでしょうか。それはスポーツをする時、フェアでなければお互いに楽しくないからです。仲間と一生懸命に練習して磨いてきた技を発揮し、相手と競い合うことを楽しむのがスポーツの目的だからこそ、みんなが楽しめるようにフェアプレーが欠かせないのです。



フェアプレーは、振り返ることで身につけられる

さて、フェアプレーはどうしたら身につくようになるのでしょうか。皆さんは試合や練習後に、あのプレーが良かったとか、あれができなかったなど振り返ること、ありませんか。同じようにフェアプレーに

2つ目は、受け入れること。誰でもミスはあります。時にはルールを破ってしまうことだってあります。そういったことに対しても怒ることなく冷静に対処し、思いやりをもって行動することが大切です。3つ目は、どんな状況においても周りを嫌な気持ちにさせないこと。例えば、大差で負けている試合でやる気をなくしてみたり、勝敗をかけたギリギリの戦いでズルいことしたりすれば、仲間も相手も嫌な気持ちになりますよ。スポーツでは平常心でいられないような時があります。そんな時こそ堂々と振る舞えるように心がけましょう。



日本フェアプレーエピソード大賞2023 締め切り迫る!!

スポーツ現場や日常生活において、あなたが実践した、見た、感動したフェアプレーなど、みんなに伝えたいフェアプレーエピソードをお送りください。

2023年1月20日(金)まで

先生へ | 「日本フェアプレーエピソード大賞2023」の詳細は、JSPOの「フェアプレーで日本を元気にキャンペーン」特設サイトに掲載しています。ぜひ、応募へのご協力をお願いします。

フェアプレー大賞 検索