

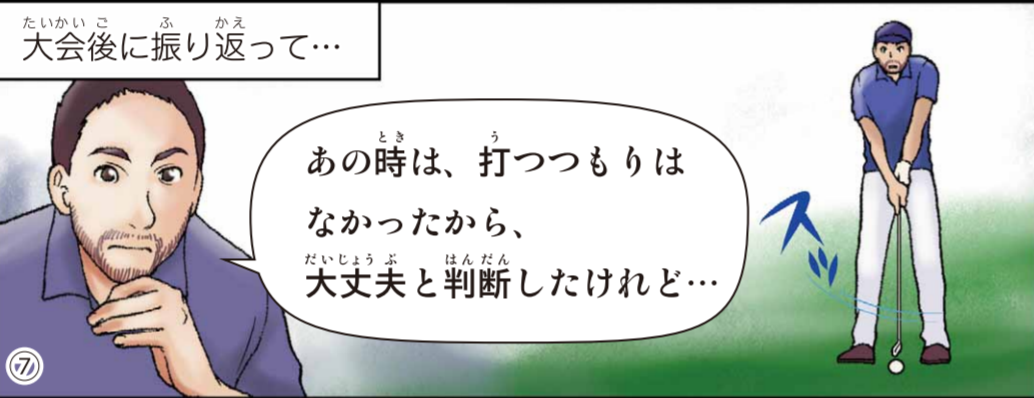
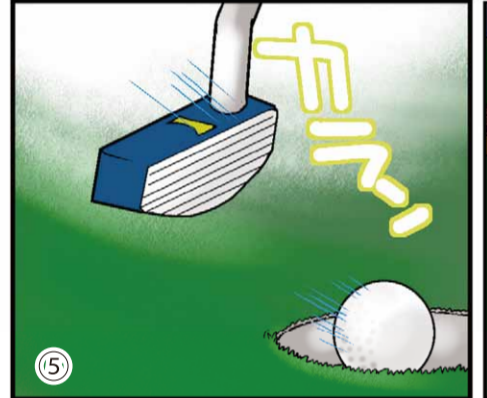
FAIRPLAY NEWS

フェアプレイで
日本を元気に
あきし、あいつ、ありがとう



自分をごまかせない

<ゴルフのルール>
素振りや打ったことになりませんが、空振りや打ったこととなります。素振りをする時は誤解されないように、ボールから離れて行うのが普通です。そして、ゴルフは自己申告のスポーツ。判断はすべて選手に任されています。



オリンピックへの道 ライフル射撃

メンタル(気持ち)を鍛えるために、生活しているすべての時間が練習になる。

10m離れた場所から1mmの的を狙う
チームライフル射撃。大塩選手は小学4年生の時、体験会に参加したのが最初。その後、地元のライフルクラブに入り練習を重ね、昨年4月に中学1年生でJOCエリートアカデミーに入校しました。偶然に左右されずに練習の成果が表れるところが射撃の魅力とのこと。カラダをあまり動かさない競技ですが、毎朝ランニングを実施。その積み重ねも結果に出るのでしょうか。オリンピックへの夢を叶えるために、どんな時でも冷静でいられるよう、練習だけでなく普段の意識が変わったと話す大塩選手。あいさつを心がけるようになったのも、その表れかもしれませんね。

微動だにしない高い集中力で的を狙う

JOCエリートアカデミーの仲間

こちらはピストル射撃

弾の当たった場所が表示される

集中カアップのトレーニング

あそびスポーツ研究所 さかなとり

① 図のようなラインを書いて、1人が「漁師」、残りは「さかな」になる。「さかな」は反対の陣地まで逃げる。

② 途中で「漁師」にタッチされたら「漁師」の仲間になる。「漁師」たちは手をつないで「さかな」をとる。

さあ、だれが最後まで残るかな!

日本体育協会「アクティブ・チャイルド・プログラム」より

フェアプレイ語録

「一生懸命やっていたら、最悪の結果が出たとしても、支えてくれる人がいる。」

古賀稔彦(柔道家)

1988年ソウルオリンピックで金メダルを期待されながら3回戦敗退。しかし、周りの人達にも支えられながら練習を積み重ね、1992年バルセロナオリンピックでは金メダルを獲得した。

