

中学校部活動における 陸上競技指導の手引き

中学校部活動における 陸上競技指導の手引き

JAAF

発行 公益財団法人日本陸上競技連盟
仕様 A4判・112ページ・オールカラー
定価 1,650円(税込み)
送料 1冊の場合： 280円(税込み)^{※1}
2冊の場合： 350円(税込み)^{※1}
3～20冊の場合：1,400円(税込み)^{※2}
^{※1} ゆうメールでの発送です。 ^{※2} 宅配便での発送です。

中学校の運動部活動が、子ども達にとって最良のスポーツ活動の場であるように。陸上競技初心者・指導初心者の先生方を含む指導者の皆様のお役に立つために。『中学校部活動における陸上競技指導の手引き』を作成いたしましたので、ご活用ください。

構成	1章 運動部活動の意義や効果
	2章 発育発達期における望ましい運動部活動のあり方
	3章 練習手段・方法と指導上の留意点
	●短距離走 ●走高跳
	●クラウチングスタート ●走幅跳
	●中長距離走 ●砲丸投
	●リレー ●ジャベリックスロー
4章 練習計画の立て方	
5章 スポーツ傷害の予防とコンディショニング	
6章 陸上競技の競技会に臨む	
7章 陸上競技部活動の安全管理	
陸上競技用語集	

注文書

- ①注文書を送信後、送料を含む料金をお振り込みください。振込手数料はご負担ください。
三井住友銀行 浅草支店 普通 6861211 (株)サンライフ企画
②入金確認後、原則4～5日(土日祝日除く)後にご納品いたします。

中学校部活動における 陸上競技指導の手引き			部 数	
貴 名			電話番号	
住 所	〒			
担当課			担当者	
必要書類	見積書	要	不要	
	見積書の宛名			
	日付	あり	なし	
	貴職独自の書類	あり(郵送してください)	なし	
ご希望の納期	年 月 日まで			
ご連絡事項				

2024.02

お問い合わせ・
お申し込みは

株式会社 サンライフ企画

FAX 03-5821-1081

TEL 03-5821-1005

商品のご注文に際してお預かりした個人情報は、JISQ15001に準拠した弊社規定に基づき適切・安全に取り扱います。詳しくは弊社ホームページのプライバシーポリシーをご覧ください。<http://www.sunlife.net>