



練習法は必見

オススメの「明快」な声掛けと

剣道初心者～中級者指導に

1つ1つの積み上げが、
正しい技術の習得に繋がる



指導・解説: 山岸正英
(港南台剣道クラブ 代表)

将来への土台を作る

剣道指導

選手を飽きさせないための工夫

弊社DVD通販サイトにて、
より詳細な内容や
サンプル映像を公開中!



実技協力: 港南台剣道クラブ

剣道の基礎を楽しく 身に付けるためのメニュー

今回は、**剣道初心者～中級者**をテーマに、**剣道技術の土台となる基礎・基本を身に付けるための指導法**を紹介します。長年、中学校部活動の外部指導員を務め、現在は港南台剣道クラブで指導を行う山岸氏が大切にしているのが、「**選手を飽きさせないこと**」と「**分かりやすく伝えること**」です。初心者、中級者の指導は、基礎・基本の習得を目的として、代わり映えのしない単調な練習が多くなりがちです。しかし、**日々の練習に少しの工夫を加えることで、選手が楽しく取り組める内容へと変化させることが出来ます。**

1088-1 素振りと基本の足捌き (69分)

剣道の基礎となる剣捌き、足捌きを身に付けるためのメニューを紹介していきます。細かいチェック項目と共に、なぜそのポイントを意識するかを明確に伝えることで、より早く、より深く技術を習得することが出来ます。また、スポーツの要素を取り入れ、楽しみながら行えるトレーニングは、練習のメリハリをつけるためにも効果的です。



1088-2 実戦を意識した対人稽古 (62分)

より実戦に近い形での稽古を行っていきます。その中でも、基礎の考え方・構え・動きを崩さないように、1本1本を丁寧に打つように指導をしていきます。また、追い込み稽古では、道場を斜めに使うことで限られたスペースでも人数を捌けるように工夫を凝らしており、練習時間・スペースに制約のあるチームの指導にオススメです。



商品番号 1088-S

全2巻 17,600円(税込)
各巻 8,800円(税込)

送料一律

800円(税込)

代引

カード払い

ご相談ください

公費対応

ご希望の商品番号を指定し、
DVD通販サイト、電話、FAX、
もしくはハガキにてお申し込み
ください。受注確認後、3～
6営業日以内でお届けします。

お申し込み・お問い合わせはお気軽に!

JLC ジャパンライム株式会社

TEL.03(5840)9980

〒113-0033 東京都文京区本郷5-25-14

FAX.03(3818)6656

2019.12



ジャパンライムDVD通販サイト

<https://www.japanlaim.co.jp/>

新規会員登録でお得なポイントプレゼント!