近年、躍進を続ける石川県・星稜高校 陸上競技部。
その秘密は、自身も輝かしい記録を残したOG西野先生の指導にあります。
本作は、とにかく練習は「明るく」「楽しく」を念頭に置き、選手たちを盛り上げ、
積極的にコミュニケーションをとる西野スタイルの指導方法に迫ります。
女性指導者ならではの部活動運営スタイルは、選手はもちろん、
練習見学などにくる他の指導者たちを魅了しています。
特に、Disc2の【特別収録】中学生との合同練習会の模様は、
西野先生の選手へのアプローチ方法が随所に垣間見える
珠玉の1枚です。是非参考にしてみては如何でしょうか?

躍進する星稜・陸上競技部。強さの秘密は笑顔にあり。

女性指導者必見!

西野流コミュニケーション術

躍動する星稜高校 西野Style

選手と自身が楽しむためのコミュニケーション

指導解説:西野 弥希(星稜高等学校 陸上競技部 顧問／U20オリンピック強化育成部 跳躍コーチ)
実技協力:石川県／星稜高等学校 陸上競技部・金沢市立浅野川中学校 陸上競技部

1105-1 Disc1 (44分)

- イントロダクション
- 踏み切りの基礎を身につける①
  - ・踏み切り模倣練習
  - ・踏み切りドリル
  - ・リズム踏み切りドリル
- 踏み切りの基礎を身につける②
  - ・1歩リズムジャンプ
  - ・3歩リズムジャンプ
- 助走の出だしを身につける
  - ・出だしプッシュ
  - ・出だし6歩練習
- 選手の心を動かすには?
  - ・指導の考え方について
  - ・コミュニケーションをとる際に意識することは?
  - ・指導者の皆さんへメッセージ
- 選手たちの声

1105-2 Disc2 (72分)

- 【特別収録】中学生との合同練習会

商品番号 1105-S
DVD2枚組
13,200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
2020.6

DVD VIDEO 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!