

龍・流連携事業報告書

事業名		部活動サポート（陸上部）	年度	平成28年度
担当 部署	龍ヶ崎市	中根台中学校		
	流通経済大学	陸上競技部		
実施日及び回数		5月～9月 7回	実施場所	中根台中学校
人数		事業対象者：生徒 50人 大学協力者：教職員 0人 ・ 学生 9人		
実績及び成果 (事業内容)		<p>流通経済大学陸上競技部の学生に専門的なご指導をしていただきました。中学校の生徒は練習の方法やコツを教えていただき、大変有意義な時間を過ごすことができました。</p> <ol style="list-style-type: none"> 投てき種目（砲丸投）の指導 <ul style="list-style-type: none"> ・メディシンボールトレーニング ・グライド（フォーム）の基礎練習 ・投てき練習 跳躍種目（走幅跳）の指導 <ul style="list-style-type: none"> ・助走練習 ・踏み切り練習 ・跳躍練習 短距離・ハードル走の指導 <ul style="list-style-type: none"> ・基礎練習（スプリントドリル） ・加速走 ・3歩ハードル練習 ・スタートダッシュ 		
		 		