

図書館だより



宮城県泉松陵高等学校 図書委員会 平成28年2月 5日発行



図書室の本の返却をお願いします。

3月には図書館の在庫確認のために蔵書点検を行います。長期に借りている方、読み終わった本は返却してください。3年生は本も一緒に卒業させないようにしてくださいね。

冬季スポーツとトレーニング

暖冬だと油断してたら続けて雪が降りましたね。さてこの季節にはこの季節にしかできないスポーツもあります。そんなウインタースポーツの本と雪でグラウンドが思うように使えない時のトレーニングの本をご紹介します。

みなさんは箱根駅伝をご覧になりましたか？



ウインタースポーツといったらスキーやスケートが思い浮かびますが、今回は駅伝の本を揃えてみました。箱根を舞台に出場権を手にした大学が競い合う過酷な長距離リレー。33年ぶりに出場した大学が2連覇を成し遂げました。しかも今年は一度も首位を奪われないという完全優勝をして。青山大学の監督の型破りな戦略、選手たちの熱いストーリー読んでみてください。



冬季に限らず普段からの基礎トレーニングの本



これ以外にもあります

関連してこんな本もどうぞ！

筋トレだけが強い体をつくるトレーニングではありません。栄養バランスも重要



チームの要となる監督。結果を出す監督のチームの作り方、選手の育て方などインタビューを交えて読みやすく構成されています。書いてあることはサッカーに限ることではありません。何かヒントがある。冬季のオフの時こそ読んでみて



こちらは駅伝を舞台にその選手達を熱く描いた小説です。走っている選手の心理描写が秀逸、これは小説でないと表せないものです。

図書室廊下の掲示板に1年生のスキー教室の写真(一部ですが)展示しています。展示期間終わりましたら希望者に差し上げます。(但し本人が写っているもの) お声がけください。