



休み中に読んでほしい本 第4号

成瀬高校では毎年小冊子「夏休みに読んでほしい本」を1年生の皆さんにお配りしていますが、今回、先生方の協力を得て、そこから抜粋し、新作も含め Web 版で再開の日まで定期的にお届けすることにしました。

『野生の証明』	森村 誠一 著	(角川文庫)
---------	---------	--------

『人間の証明』・『野性の証明』・『青春の証明』の3部作の中の1つ。社会派推理物として、また、優しさとは、ということについて考えさせられる本だと思います。著者は町田在住作家です。

(1 学年担任, 英語科 : K)

『図解 トレーニングの基礎理論』	横浜市スポーツ医科学センター 編	西東社
------------------	------------------	-----

スポーツや運動におけるトレーニング方法や用語の解説が丁寧に記載されている名著。内容も図解があり、とても分かりやすくトレーニングについての基礎知識を学ぶことができる本です。最新のトレーニング方法や用語の解説も充実していて、体育学・スポーツ学・トレーニング学を学ぶ人や学びたい人、部活等でのパフォーマンスを高めたい人、体育大学の推薦等で小論文に盛り込む題材、面接で問われる知識力を増やしたい人にはお薦めしたい一冊です。

『スポーツ医学検定 公式テキスト』	一般社団法人 日本スポーツ医学検定機構 編	東洋館出版社
-------------------	-----------------------	--------

より安全にケガや事故なくスポーツができるようにと 2015 年頃から始まった活動で、「スポーツ障害」や「トレーニング学」に必要な「スポーツ医学」の知識を学ぶことができる資格取得のためのテキスト（参考書）です。

比較的に 3～2 級レベルであれば高校生でも本テキストを使用して勉強すれば資格取得を目指せると思うので、将来、体育大学やスポーツトレーナー、スポーツ医学等の進路を目指すのであれば、受験の前哨戦や予習がてら資格を取得しても良いかも知れません。

(2 学年担任, 体育科 : Y)