

小 (中) 高	個人スキルアップ	チームスキルアップ
練習・ゲーム名	28 円陣パス	
身につける技能	パス ・ サーブ ・ サーブレシーブ ・ トス スパイク (アタック) ・ ブロック ・ レシーブ ボールをもたないときの動き ・ 三段攻撃	
ねらい	学習した技能を使ってボールをつなぎ、ゲームにつなげる	
行い方	<ol style="list-style-type: none"> 1 全員で円陣を作って、パスを回す。 2 ボールを取る意思を示すために、必ず声を出す。 3 手だけ (肘から先だけ) でボールを飛ばさないように、ヒザや体のバネを上手く使って、パスをする。 ※ パスが思うように続かない場合、円の中央に一人配置する方法もある。	
場	コート半面	
準備物	バレーボール	

積極的なコミュニケーションを期待する場面

- ①ボール操作時や、受ける時の声かけ (名前など)
- ②失敗した時の声かけ