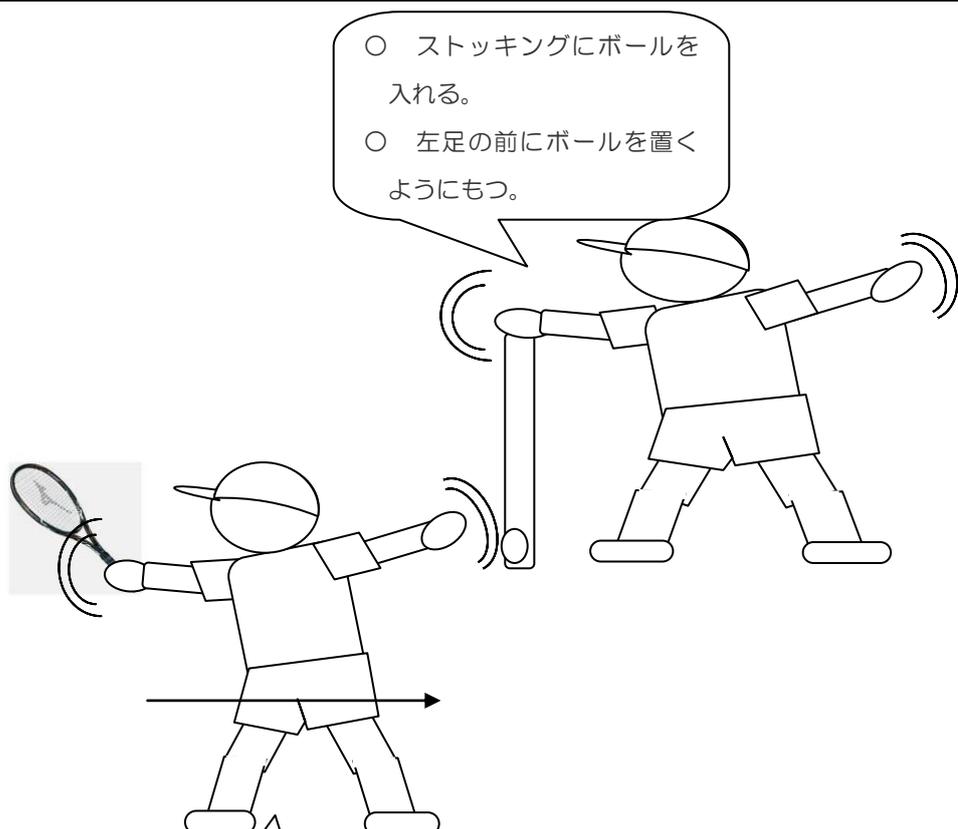




ネット型「ソフトテニス」スキルアップテキスト

中学校	<u>個人スキルアップ</u>	ダブルススキルアップ				
練習・ゲーム名	ストッキングボール打ち					
身に付ける技能	ボールや用具の操作		ボールをもたない動き			
	② ⑤					
ねらい	○ ボールを返す方向にラケット面を向けて打てるようにする（ボールのとりえ方）					
行い方	<div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ○ ストッキングにボールを入れる。 ○ 左足の前にボールを置くようにもつ。 </div>  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ○ ストッキングに入れたボールを打つ。 ○ ラケット面をボールを返す方向に向ける。 </div> </div>					
場	○ どこでもできる					
かかわる（態度面）	愛好的	公正	協力	責任	参画	健康・安全
			◎			◎
補助の仕方 ○	<ul style="list-style-type: none"> ○ ボールが1回転し元の位置にもどるようにする。 ○ ストッキングの片足にボールをいれ、それをもう片方の足に入れて二重にする。 ○ ボールの高さは膝から腰の間に調節する。 					