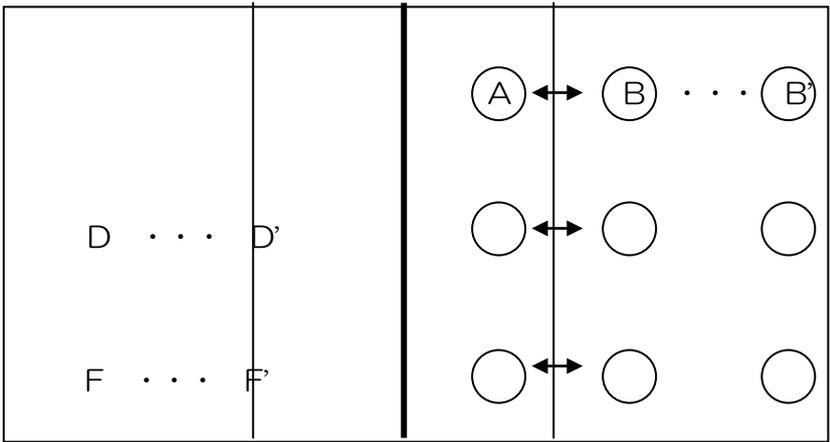


小 ④ 高	個人スキルアップ チームスキルアップ
練習・ゲーム名	3 めざせ！ぶれ球サービス！
身につける技能	パス ・ サーブ ・ サーブレシーブ ・ トス スパイク（アタック） ・ ブロック ・ レシーブ ボールをもたないときの動き ・ 三段攻撃
ねらい	サービスでは、ボールの中心付近でとらえること。
行い方	<p>① 二人組を作り、短い距離で向かい合う。（二人でボールは1個）</p> <p>② A⇒B、B⇒A と短い距離からアンダーサーブを行う。打つ前に声をかけ、目印（シール）を打つようにする。</p> <p>③ 徐々にお互いの距離を離していくようにする。</p>  <p>④ レベルや上達の度合いに応じて、いろいろなサーブに挑戦していく。（アンダーハンドサービス・サイドハンドサービス・フローターサービス）</p> <p>⑤ レベルや上達の度合いに応じて、ネットをはさんだサーブの練習に移行していく。</p>
場	フルコート ネット
準備物	シールを貼ったボール多数 ボールかご

積極的なコミュニケーションを期待する場面

- ①ねらった所にサーブが打てた時 ②失敗した時（励まし）
③練習中のアドバイス（しっかりミーとして、など）