

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	4面作り1	
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	ボールを返す方向に面を向けて打つこと	
行い方	<p>① レシーブを行う人はバケツを持ってバケツにボールを入れる ② 10本で交代する ③ 正面・左右にボールを出す ④ 2人組で行う</p>  <p>The diagram illustrates the 'レシーブ' (receiving) step. On the left, a circle represents a ball. A large, thick arrow points from the ball towards a stick figure on the right. The stick figure is holding a bucket with both hands. This visualizes the instruction that the person receiving the ball should hold a bucket to catch it.</p>	
場	体育館	
準備物	バケツ	

積極的なコミュニケーションを期待する場面

- ① 体の前でボールをキャッチできた時
- ② 失敗した時 (励まし)
- ③ 練習中のアドバイス (ボールをよく見て、など)