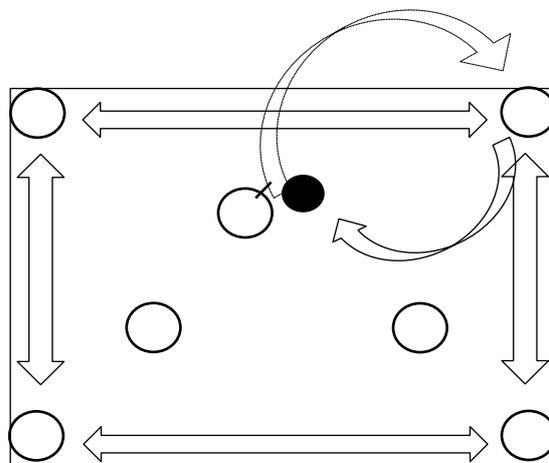


小 (中) 高	個人スキルアップ	チームスキルアップ
練習・ゲーム名	9 とりかごパス	
身につける技能	パス・サーブ・サーブレシーブ・トス スパイク(アタック)・ブロック・レシーブ ボールをもたないときの動き・三段攻撃	
ねらい	①味方が操作しやすい位置にボールをつなぐこと ②ボールを打ったり受けたりした後、ボールや相手に正対すること	
行い方	<p>1 コート半分を使い、コートの四隅にボールを回す役割の人を配置する。その中に、残りのメンバーを配置する。</p> <p>2 四隅の人がボールを回す。中にいる人は、ボールの動きに合わせて、体を向ける。(顔だけで追わず、体ごと正対するようにする。)</p> <p>3 適当なタイミングで、四隅から中にボールを投げ入れる(下から山なりに)。中にいるメンバーは、投げ入れた人に正対した状態でパスをする。</p>	
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素早く正確な動きができたとき
- ②失敗したとき
- ③アドバイス