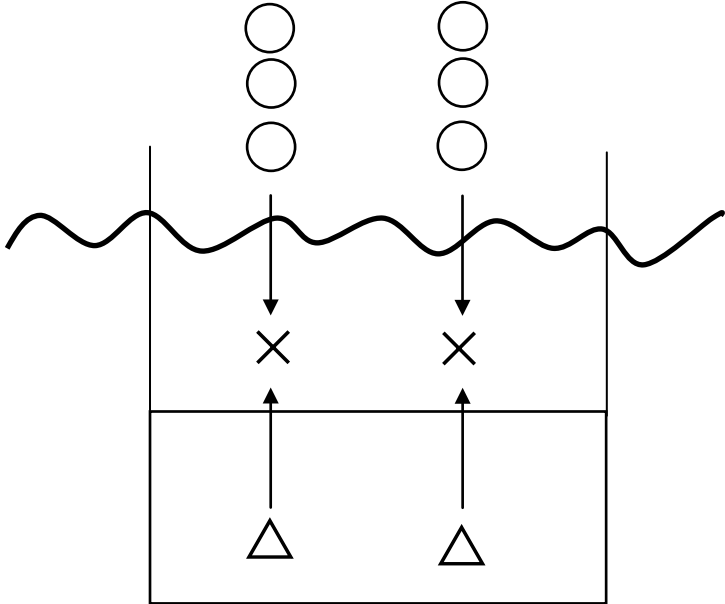


小 (中) 高	個人スキルアップ	チームスキルアップ
練習・ゲーム名	10 ネットくぐりレシーブ	
身につける技能	パス ・ サーブ ・ サーブレシーブ ・ トス スパイク (アタック) ・ ブロック ・ レシーブ ボールをもたないときの動き ・ 三段攻撃	
ねらい	①ボールを返す方向に面を向けて打つこと ②相手の打球に備えた準備姿勢をとること	
行い方	 <p>※ ネットをくぐって、低い姿勢でアンダーハンドパス。 ※ 状況に応じて、ボールを上から下から投げる。</p>	
場	コート全面	
準備物	バレーボール	

積極的なコミュニケーションを期待する場面

- ① ボールを操作する時の声かけ。
- ② 残りの生徒からのアドバイス。