

# パス&シュート

3年もどる

ねらい	・ボール操作、シュート	時間とセット数は、授業の進み具合に応じて変更してかまいません。
人数	個人、チーム人数	
時間	5分間	
準備	ソフトバレーボール2人に1個	

しっかり狙って打とう。

ゴールマンが取れるようなシュートを打とう。

腕を伸ばしてパスをしてね。相手の胸に向かってパスをしよう。

手のひらを相手に向けて、キャッチをしよう。

子供たちに積極的に声をかけ、ほめてあげてください。

仲間が取れるように、優しいパスをしてね。

やり方	<ul style="list-style-type: none"> <li>・サークルに向かって2列になります。片方の列は、ボールをパスします。別の列は、パスをキャッチし、シュートを打ちます。</li> <li>・シュートは、両手で打ちます。</li> <li>・シュートしたボールは、自分でゴールマンからもらいます。</li> <li>・シュートを打ち終わった人は、逆側の列に並んでください。</li> <li>・ゴールマンは交代でしてください。</li> <li>・5分間シュートを打たせてください。</li> </ul>
-----	--