

テーマ 2 授業 2

シットイングバレーボールを やってみよう！



目標

- ① シットイングバレーボールの体験を通して、異なる特性をもつ人たちがともにスポーツを楽しむ工夫について理解しよう。
- ② シットイングバレーボールの^{みりょく}魅力について説明できるようになろう。



シットイングバレーボールとは

バレーボールと同じ点

- 6人1チームでプレーをする。
- 25点を最初にとると、1セット取れる。
- 3セットを先に取ると勝ち。
- 自分のコートから相手コートに3回以内で返す。

など



バレーボールと^{ちが}違う点

- 全員が座ってプレーをする。
- ボールにさわるとき、おしりを^{ゆか}床から^{はな}離してはいけない。
- サーブをブロックしてもよい
- コートが小さい
ネットが低い

など



授業の進め方

- ① ^{ゆか}床におしりをつけたまま移動する練習
- ② 基本動作（パス、サーブ）の練習
 - チームごとに円を作って練習
- ③ 試合を体験しよう。
- ④ まとめ



初心者のための工夫

- 投げ入れるサーブでもよしとする。
- 続かないときは、1回バウンドまではよい、キャッチをしてもよいなどのルールを作る。
- 足や頭などでパスを上げてもよい。
- 前衛と後衛をチェンジする。



まとめ

- シットイングバレーボールの体験を通して感じたことや魅力^{みりょく}を自分の言葉でまとめよう。