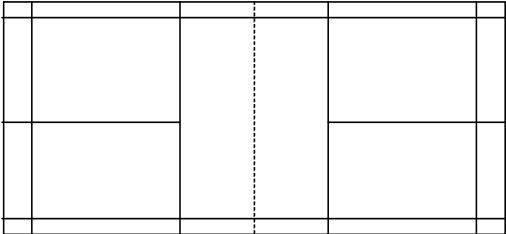
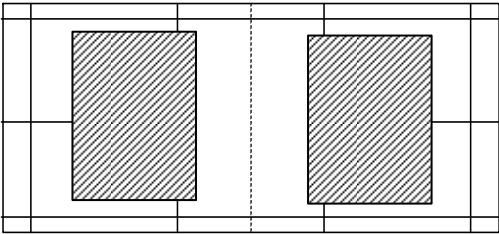


段階	ほとんどできない	それらしくできない																																																												
ゲームの様相	<p>シャトルがラケットにあたらずゲームにならない。</p> 	<p>コートを中心(斜線部分)しかシャトルの動きがなく、相手の初歩的なミスによる得点ばかりである。</p> 																																																												
チェックポイント	<table border="1" style="width:100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 40px;"></td> <td style="width: 40px;"></td> <td style="width: 40px;"></td> </tr> <tr> <td>グリップは正しいか</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>ラケットの長さの感覚がつかめているか</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>ラケットを振ったときに面が作れているか</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>シャトルの落下点に移動できているか</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>アンダーハンドストロークで打つことができるか</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>サイドアームストロークで打つことができるか</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>オーバーヘッドストロークで打つことができるか</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>サーブを入れることができるか</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> </table>				グリップは正しいか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ラケットの長さの感覚がつかめているか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ラケットを振ったときに面が作れているか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	シャトルの落下点に移動できているか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	アンダーハンドストロークで打つことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	サイドアームストロークで打つことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	オーバーヘッドストロークで打つことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	サーブを入れることができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<table border="1" style="width:100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 40px;"></td> <td style="width: 40px;"></td> <td style="width: 40px;"></td> </tr> <tr> <td>(斜線部分はシャトルの動く範囲)</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>シャトルの落下点に素早く移動できているか</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>アンダーハンドストロークで大きく打つことができるか</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>サイドアームストロークで大きく打つことができるか</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>ドライブを打つことができるか</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>ドロップを打つことができるか</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>ハイクリアを打つことができるか</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>ショートサービスを打つことができるか</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>相手を前へ追い込むことができるか</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>相手を後ろへ追い込むことができるか</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> </table>				(斜線部分はシャトルの動く範囲)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	シャトルの落下点に素早く移動できているか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	アンダーハンドストロークで大きく打つことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	サイドアームストロークで大きく打つことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ドライブを打つことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ドロップを打つことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ハイクリアを打つことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ショートサービスを打つことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	相手を前へ追い込むことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	相手を後ろへ追い込むことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
グリップは正しいか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																												
ラケットの長さの感覚がつかめているか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																												
ラケットを振ったときに面が作れているか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																												
シャトルの落下点に移動できているか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																												
アンダーハンドストロークで打つことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																												
サイドアームストロークで打つことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																												
オーバーヘッドストロークで打つことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																												
サーブを入れることができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																												
(斜線部分はシャトルの動く範囲)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																												
シャトルの落下点に素早く移動できているか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																												
アンダーハンドストロークで大きく打つことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																												
サイドアームストロークで大きく打つことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																												
ドライブを打つことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																												
ドロップを打つことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																												
ハイクリアを打つことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																												
ショートサービスを打つことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																												
相手を前へ追い込むことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																												
相手を後ろへ追い込むことができるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																												
課題	<p>①手先にラケットを持ったときの距離感をつかむ。</p>	<p>①フォアハンドでのオーバーハンドストロークによるショットだけでなく、ネット際を攻めるなど、相手を前に追い込めるようにする。</p>																																																												
学習内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・天突き面返し練習</li> <li>・ペアでのドライブ練習</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・素振り</li> <li>・ペアでドロップ練習</li> <li>・ペアでハイクリア練習</li> <li>・ショートサービス練習</li> <li>・ハーフコートでの簡易ゲーム</li> </ul>																																																												