バレーボール | れんしゅうの かいだん

No.K15

なまえ _____ はじめた日 _____

したから 1だんずつ のぼろう。できたら「できた日」を かいて、☆に いろを ぬろう。むずかしい ときは、1だん もどって いいよ。

(おうちの方へ)今できる段のひとつ上から始めます。やる段・回数・休むタイミングは、お子さんが決めます。

ひざを まげて からだごと



6 かぞくと ラリー できた日 ／ ☆

5 したから サーブ できた日 ／ ☆

4 ひとりで つづけて あげる できた日 ／ ☆

3 ボールを うでで かえす できた日 ／ ☆

2 ふうせんを うでで あげる できた日 ／ ☆

1 ふうせんを ててで つく できた日 ／ ☆

つぎに やってみたい だん(じぶんで きめよう): _____ **だん**

うまくいった 1かい(おうちの人の メモ:いつ・なにが よかったか)

株式会社ぐりーん

困りごと別の練習方法 No.K15「バレーボール」 www.green-2017.com/komarigoto/volleyball/
ご家庭・園・学校で、自由に印刷してお使いください。販売や、ご自身が作ったものとしての配布はご遠慮ください。