

楽しみながら学ぶ、 バレーボール教室を開催します

出張授業

現役バレー選手が、出張授業を行います
学年に合わせたプログラムで楽しく
バレーボールに親しめます

1・2年生対象

ボールとお友達に なろう！

授業内容

- ・ボールを使ったストレッチ
- ・ボールを使った様々な動き
(初級)
- ・投げる、取る運動
- ・オーバーハンドパス
- ・アンダーハンドパス
- ・スパイク
- ・友達と協力してボール
渡し競争

3・4年生対象

ネットを挟んで ボール遊び！

授業内容

- ・ボールを使ったストレッチ
- ・ボールを使った様々な動き
(中級)
- ・オーバーハンドパス
- ・アンダーハンドパス
- ・スパイク
- ・友達と協力してラリーを
楽しむ

5・6年生対象

バレーボール に挑戦！

授業内容

- ・ボールを使ったストレッチ
- ・ボールを使った様々な動き
(上級)
- ・オーバーハンドパス
- ・アンダーハンドパス
- ・スパイク
- ・簡易ゲームに挑戦

所要時間:45～90分



山梨中央銀行女子バレーボール部は、国民スポーツ大会をはじめ、さまざまな全国大会に出場するほか、地域活動として「バレーボール教室」を開催するなど、地域社会の皆さまとのふれあいを大切に活動している実業団チームです。本出張授業はその一環として開催しております。ぜひ御校のプログラムの一助にお役立てください。

お問い合わせ先

山梨中央銀行

女子バレーボール部（人財部人事厚生課 担当:根津）

☎ 055-224-1137

平日：9:00～12:00

✉:ycb-vb@yamanashibank.co.jp

出張は無料！出張授業受付中！

授業内容に記載がないものやご要望など
お気軽にご相談ください。