

楽しみながら学ぶ、 バレー ボール教室を開催します



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、地域社会の皆さん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）

① 055-224-1137

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。