

バレーボール

バレーボールは、1964年の東京オリンピックから正式競技となり、日本でも人気のスポーツです。2012年のロンドンオリンピックで女子日本代表が銅メダルを獲得したことも記憶に新しいですね。職能開発科の授業では、オーバーハンドパスやアンダーハンドパスを中心に、“みんなでパスをつなぐ”練習をしています。チームプレーを意識して、楽しみながらバレーの技術を磨いています！！

平成30年6月4日（月）10時15分～12時05分

職能開発科の保健体育の授業において、警視庁バレーボールチーム フォートファイターズによる出前授業を実施しました。井上人哉監督、小川貴大選手、伊藤裕之介選手の3名にご来校いただき、直接指導や交流試合を通してバレーボールの楽しさや難しさを学びました。



カッコいいスパイクも見せてもらいました。伊藤選手は垂直跳び85cm、最高到達点320cmで、とても迫力がありました！！
良いスパイクを打つためには、**ボールを打つ手と反対の手**の役割が重要だということを教えていただきました。写真○印



井上監督からの指導（オーバーハンドパス）



選手からの直接指導によって、上達した実感も持てました。