

2021年 第3期スクールクラス別カリキュラム一覧表

令和3年6月28日(月)～令和3年9月26日(日)

★ ソフトテニス ★

週	期間	SJは(基礎)	SJF(初級)	SJM(中級)
1	6/28(月)～7/4(日)	ストローク (グリップの持ち方・振り方確認)	コミュニケーションラリー	コミュニケーションラリー
2	7/5(月)～7/11(日)		ストローク(前後の動き) ボレー(基本の確認)	ストローク(前後の動き) ボレー(ローボレー)
3	7/12(月)～7/18(日)	ラリー (相手といっぱい打ち合しましょう)	ストローク(前後の動き) スマッシュ(基本の確認)	ストローク(前後の動き) ボレー(ハイボレー)
4	7/19(月)～7/25(日)		とことん送球	パターン練習
5	7/26(月)～8/1(日)	ボレー (ネット付近のプレーにチャレンジ)	ミニプライベート	ミニプライベート
6	8/2(月)～8/8(日)		フォーメーション Part1 (ポジションの確認)	フォーメーション Part1 ダブル後衛 vs ダブル前衛
7	8/9(月)～8/22(日) 10日(火)～16日(月)は夏季休業	スマッシュ (決めるボールの習得!!)	フォーメーション Part2 (ロブを使ってチェンジをしてみよう!!)	フォーメーション Part2 ダブル後衛 vs ダブル前衛
8	8/23(月)～8/29(日)		フォーメーション Part3 (スマッシュチャンスを狙う!!)	フォーメーション Part3 フリーフォーメーション
9	8/30(月)～9/5(日)	フォーメーション (試合の動き方・ルールの確認)	ミニプライベート	ミニプライベート
10	9/6(月)～9/12(日)		レシーブ練習	サービスダッシュ レシーブダッシュ
11	9/13(月)～9/19(日)	第3期のまとめ	サーブレシーブ	サーブレシーブ
12	9/20(月)～9/26(日)	ゲーム大会	ゲーム大会	ゲーム大会

◇スクールコンセプト 安全・安心・公平・楽しく上達

◇一週間同じ内容で進行しておりますので、振替をなるべくその週で受講されることで計画的に上達することができます。