

2022年 第1期スクールクラス別カリキュラム一覧表

令和4年1月4日(火)～令和4年3月28日(月)

★ ソフトテニス ★

週	期間	SJは(基礎)	SJF(初級)	SJM(中級)
1	1/4(火)～1/10(月)		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	1/11(火)～1/17(月)	*初級クラスへの入門編	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	1/18(火)～1/24(月)	基本6ストロークの打ち方	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	1/25(火)～1/31(月)	1.フォアハンドストローク	とことん送球	パターン練習
5	2/1(火)～2/7(月)	2.バックハンドストローク	ミニプライベート	ミニプライベート
6	2/8(火)～2/14(月)	3.フォアボレー	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	2/15(火)～2/21(月)	4.バックボレー	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	2/22(火)～2/28(月)	5.スマッシュ	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	3/1(火)～3/7(月)	6.サービス	ミニプライベート	ミニプライベート
10	3/8(火)～3/14(月)	基本6ストロークをマスター	レシーブ練習	サービスダッシュ・ レシーブダッシュ
11	3/15(火)～3/21(月)	↓	サーブレシーブ	サーブレシーブ
12	3/22(火)～3/28(月)	初級クラスへ	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。

◇雨天等中止になったカリキュラムは、期の間のレッスン期間中に一部取り入れて行います。