

探究する扇小

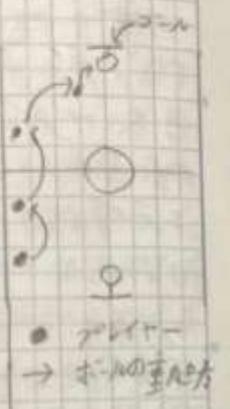
～自主学習ノート～

六年生の探究です。体育でバスケットボールをしているようです。たその対策について探求を続けています。体力向上にもなりそうです。

日 金曜日 17:00 ~ 19:43
① 体育のバスケットのコントロールまとめ

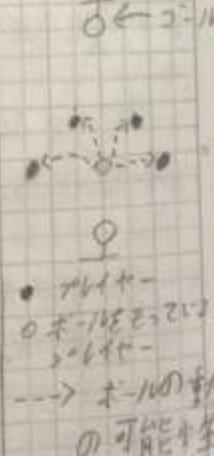
② オフェンス

① パスを軸に回る
オフェンスのコントロールは、パスを軸に回る
でコントロールするパスのつなぎ方です。
コートのサイドラインを回りにパスを
まわし、一直線でルートを決ま
す。そして、ディフェンスを適応的に
コート付近に前線を上げてゆく。



② パスの速さと広がり

② 目のコントロールは、パスの速さと広がりを
とります。ボールをもっていなければ回
るよかったです。パスの速さと広がりを
けます。しますことで、ディフェンスチーム
をかくしすのです。
また、①②両方に合てます。
人は早くボールを追うことを大切
す。

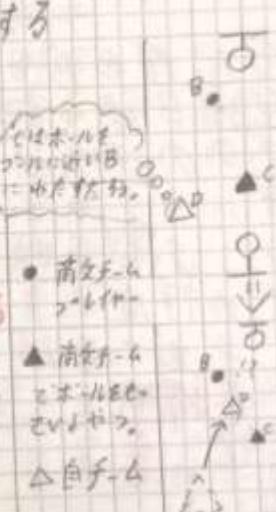


③ ディフェンス

① 人の軌道を予測する

ディフェンスのコントロールは、
パスの軌道を予測する
ことです。

両方のボールも、いる
人がなければいけません
り。丁寧にパスを出し
敵チームにはパスを出さ
くならない。



ショートのコントロール

バスケットのショートは、ひざと膝を曲げ、
しゃがみ体勢にし、上半身だけ立ち下半
身を伝えないとすますますです。

② 力守両方のコントロール