

バレーボール個人カード

6 組 22 番 氏名 若林 未来

| | |
|------|----------------------------------------------------------------------------------|
| 個人目標 | <ul style="list-style-type: none">・ ボールから逃げない。・ パスを確実に返す。 |
|------|----------------------------------------------------------------------------------|

| 回 | 日付 | 当日の目標 | 反省 |
|---|-------|--------------------------------|------------------------------------|
| 1 | 9/29 | 自分にきたボールは次の相手にきちんとボールを返す。 | なかなか思った方向に返せなかった。 |
| 2 | 10/6 | アタックをしっかりと打てるように頑張る。 | 円陣パスが楽しかった。 |
| 3 | 10/7 | レシーブをしっかりととる。 | 思いっきり外したりもしたが、以前よりは良くなったと思う。 |
| 4 | 10/8 | 3つの形をしっかりと出来るように頑張る。 | 楽しかった。 |
| 5 | 10/14 | サーブを確実に入れる。 | 疲れた。 |
| 6 | 10/22 | アタックをしっかりと打つ。 | 目の前にきた球とかもとれなかったりしたが、楽しかった。 |
| 7 | 10/25 | しっかりと声を掛け合い、レシーブトスアタックの形でなれてく。 | 試合は全勝だった。 最後にふさわしいプレーだったと思う。(?) |
| 8 | / | | |

| | |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 感想 | <p>バレーボールと聞いて最初は嫌だったが、やっていくうちに、とても楽しく感じられるようになった。</p> <p>最初は全然パスなども上手くできなかったのだが、最後には大分思ったように出来るようになった(それでもまだまだですが・・・)ので、良かったと思う。</p> |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|