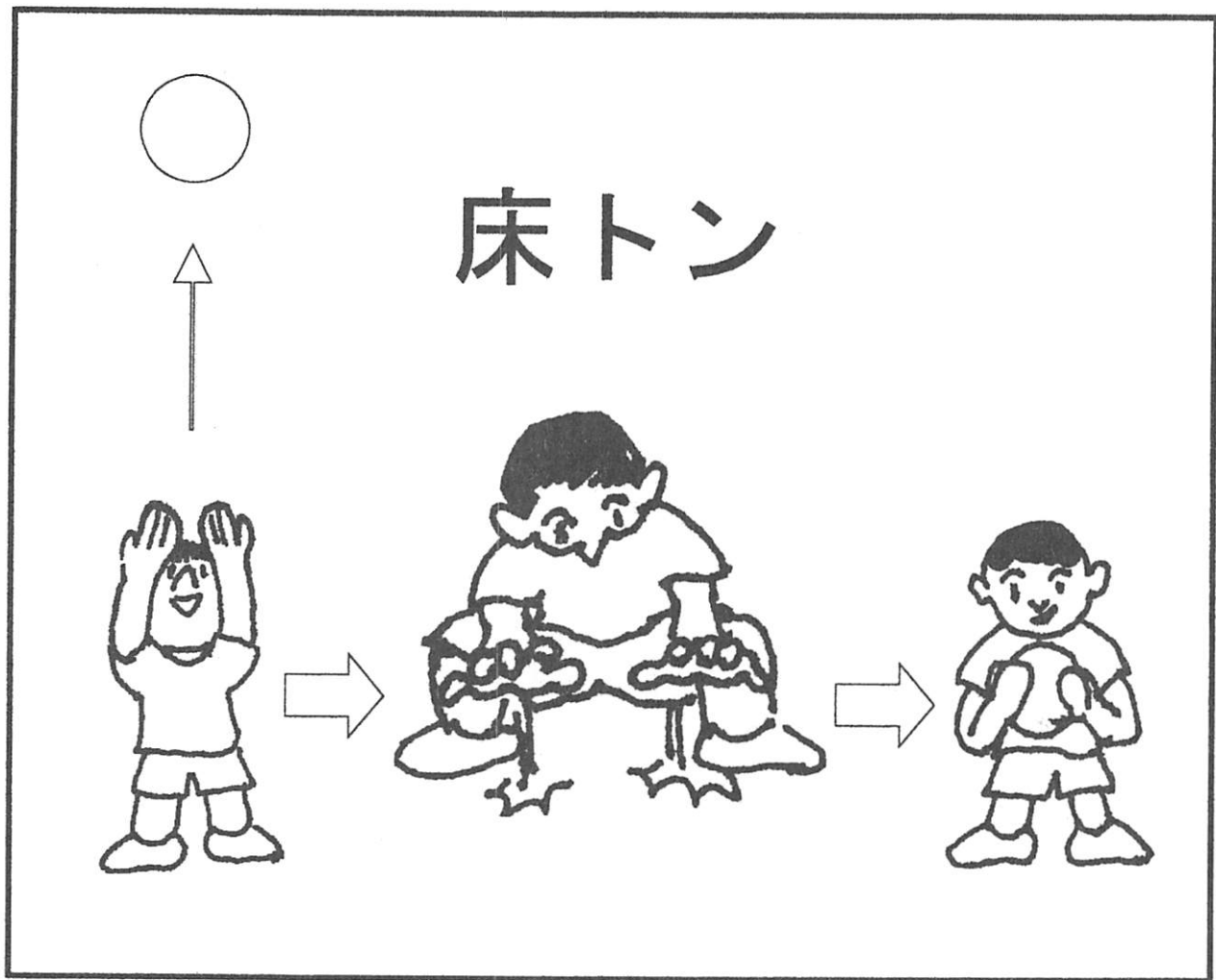


う え な ゆ か
C6-上投げ床トンキャッチ



か た
<やり方>

- ボールをま^{うえ}上^なに投げたあと、落^おちてくるまでに素^す早^ばくしゃが^{やく}んで、両手で床をタッチします
- 落^おちてきたボールをしっかりキャッチします

C6-上投げ床トンキャッチ

- ・少しボールから目を離すことが要求される運動であるため、ゲームに生きるキャッチングの基礎を養う

<留意点>

- ・ボールをなるべく真上に投げるコントロールや、投げる高さを調節させる
- ・ボールから目線を離すことがポイントになるので、上に投げたあと床をみるようにさせる
- ・床にタッチする数を増やしていく
- ・床タッチの回数やタイミングをそろえて行くと、意欲につながる
- ・両手投げ、両手キャッチから、片手投げ、片手キャッチにすると、より難しい