



### 〈やり方〉

- ① ボールをインステップのみでけり出し、目標まで行こう。
  - ② ボールをインサイドのみでけり出し、目標まで行こう。
  - ③ ボールをアウトサイドのみでけり出し、目標まで行こう。
  - ④ ボールをインステップ、インサイド、アウトサイドを使って目標まで行こう。
- ☆ ボールが自分から離れ過ぎないようにしよう。

- ・ ドリブルの基本的感覚を養う。
- ・ 目標を意識してボール操作を行う。

### 〈留意点〉

- ・ 体重移動とボールが転がる感覚を意識させる。
- ・ インサイド、インステップ、アウトサイドなどのボールタッチを意識させる。
- ・ ①②③については体験重視。
- ・ ドリブルとしては④が最終的なねらいとする。
- ・ いつでも自分でボールが止められるくらいの距離感を意識させる。