

Alpha Badminton Lesson 2016

January 18th 2017
January 25th 2017
16:00—19:00
Sekiyado Arena
Hall NO.02 1F

アルファレッスン 2016

—幸せなら羽たたこう！—



アルファ レッスン2016

幸せなら羽たたこう！

共同学習によるバドミントンの技術交流

特定非営利活動法人 アルファバドミントンネットワーク



アルファバドミントンネットワーク 特定非営利活動法人NPO Alpha Badminton Network

〒270-0237千葉県野田市中里773-13TEL/FAX04(7129)0678 URL.<http://www.alphabanet.com>

【目標 GOAL】

**全員がバドミントンの試合ができる。
楽しく、充実した時間を過ごす。**

【課題 CHALLENGE】

1. オーバーヘッドとバックハンドの各ストロークができる。
2. ルールを覚える。
3. 全員が力を合わせて、最も弱い選手をサポートする。

【ガイド GUIDE】

目標、課題を達成するための大まかなガイダンスです。

□ チーム作り

各コートの小中高校生で 1 チームを作ります。ただし、ただの練習グループではなくて、目標を達成するための重要な『仲間』にならなければなりません。

- ① 役割分担 誰がリーダー？
- ② チーム内のルール作り 例：声をかけよう・返事をしよう…
- ③ 計画作り 3 時間× 2 回の計画

□ グループ発表

第 2 回の後半で各グループごとに活動報告を兼ねた発表を行います。どんな目標設定をしたのか、目標達成のためにどのようなことをしたのか。特に工夫した点は何か。どれだけできるようになったかなど、グループ毎に活動内容を発表します。

【約束 PROMISE】

アルファレッスンの約束です。楽しく有意義なレッスンになるようにみんなで守りましょう！

- ◇ けがや事故につながる危険な行動は慎むこと。
- ◇ 自分の思いや考えを言葉にして、会話を増やし、仲良くやりましょう。
- ◇ スポーツですから、明るく元気にやりましょう。
- ◇ レベルの低い選手に気を配り、わかりやすく伝えましょう。
- ◇ 場内の「大人」はみな「コーチ」です。何でも聞いてください。ただし専有はできません！



チーム名：

NO.	学年	性別	氏名	役割	メモ
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					

