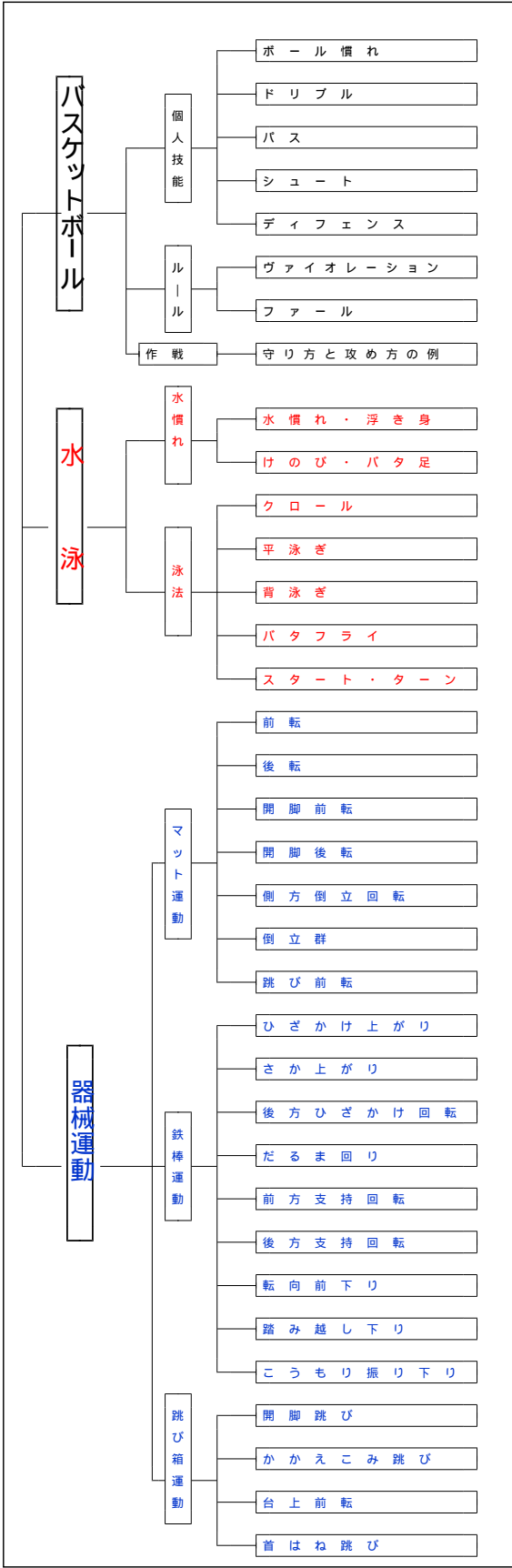


学習用動画コンテンツ



4段階のステップ練習で苦手なドリブルシュートも「はいつた！」

バックボードの「どこに当てたら入るかな？」



チームで守り方を選んで作戦を立てよう！

水中じゃんけん
で目あきに挑戦



プールサイドで平泳ぎの手のかき方を練習しよう。

ほ助をつけて
安全なスタートの練習



技のステップ練習でレベルアップ
これできる