10月期レッスンテーマ　ソフトテニス　ジュニア

クラス	ソフトJ2	ソフトJ3		ソフトJ4	
目標	綺麗なフォームで打てる	ショットの精度を高めよう		子どもたち同士で試合ができる	
ポジション		後衛	前衛	後衛	前衛
1週目	**ストローク**	**クロス展開**		**クロス展開**	
	クロスに打とう	クロスに打とう	ポーチボレー	クロスとストレートにコントロールしよう	落下地点で判断してボレーをしよう
2週目	**ストローク**	**クロス展開からストレート**		**クロス展開からストレート**	
	ロブを打とう	ストレートに高さをつけてロブを打とう	スマッシュ	前衛に取られないように低めのロブを打とう	バックハイボレー
3週目	**ストローク**	**ストレート展開**		**ストレート展開**	
	フットワークを覚えよう	後衛前に繋ごう	ポジションの理解をしよう	回り込んで打とう	回り込んでのスマッシュ
4週目	**ストローク**	**ストレート展開**		**ストレート展開**	
	コースの打ち分け	ストレートにコントロール	クロスに飛んでくるボールを守ろう	センターに攻撃しよう	ストレートポーチボレー
5週目	**ネットプレー**	**逆クロス展開**		**逆クロス展開**	
	その場でのボレー	逆クロスに打とう	逆クロスポーチボレー	逆クロスとストレートにコントロールしよう	踏み込み足で判断してボレーしよう
6週目	**ネットプレー**	**逆クロス展開からストレート展開**		**逆クロス展開からストレート展開**	
	動きながらのボレー	ストレートに高さをつけてロブを打とう	下がりながらのスマッシュ	前衛に取られないように低めのロブを打とう	下がりながらのスマッシュ
7週目	**ネットプレー**	**ストレート展開**		**ストレート展開**	
	ネットから離れた位置でボレー	後衛前に繋ぎましょう	フォアのポーチボレー	相手のバック側にコントロールしよう	クロスを守ろう
8週目	**ネットプレー**	**ストレート展開**		**ストレート展開**	
	ハイボレー・スマッシュ	ストレートにコントロール	バックのポーチボレー	センターに攻撃しよう	バックのポーチボレー
9週目	**サーブ**	**サーブ**		**サーブ**	
	グリップを覚えよう	狙ったところにコントロール	サーブを打った後に素早くネットに詰めよう	相手のバック側を狙おう	ハイボレーに繋がるサーブを打とう
10週目	**サーブ**	**レシーブ**		**レシーブ**	
	回転を覚えよう	狙ったところにコントロール	レシーブを打った後にセンターに詰めよう	前衛の近くに攻撃しよう	ハイボレーに繋がるレシーブを打とう
11週目	**レシーブ**	**サーブレシーブ**		**サーブレシーブ**	
	変化に対応しよう	サーブレシーブからラリーをしよう		ボールの深さを意識しよう	ローボレーの精度を上げよう
12週目	**試合のルールを覚えよう**	**総　復　習**			
	ポイントを数えよう	試合を楽しみましょう			