小学3年　体育

# 幅跳びと高跳び

短い助走から ふみ切って とぼう

自分で 考えて 書きましょう。わからない ときは、QRコードで 動画の 場面を 見よう。

(1) 幅跳びの ふみ切りは「両足で ふみ切る」「片足で ふみ切る」「止まってから とぶ」の どれですか。

動画で 見る
場面 2
「幅跳びの こつ」

(2) 幅跳びで 安全に とぶ ために、とぶ 前に たしかめる ことは 何ですか。

動画で 見る
場面 5
「安全に」

小学3年 体育 答え

# 幅跳びと高跳び

短い助走から ふみ切って とぼう

1 幅跳びの ふみ切りは「両足で ふみ切る」「片足で ふみ切る」「止まってから とぶ」の どれですか。

ヒント 助走の いきおいを 生かして とぶには、どうするかな。

答え **「片足で ふみ切る」です。短い 助走から 片足で 強く ふみ切って、両足で 着地します。**

2 幅跳びで 安全に とぶ ために、とぶ 前に たしかめる ことは 何ですか。

ヒント 前の 人と ぶつからない ように するには？

答え **前の 人が 砂場から 出て いるかを たしかめます。順番を 守り、砂場を 整えて おきます。**