小学3年　体育

マット運動

回る技・バランスの技と 安全のきまり

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) 「前の人が 終わってから 始める」「マットの みみを 出したまま」「あごを 引いて 回る」の 中で、しない ほうが よいのは どれですか。

動画で 見る
場面 4
「安全の きまり」

(2) 前転と かべ倒立は、それぞれ どの 技の なかまですか。

動画で 見る
場面 1
「技の なかま」

小学3年　体育　答え

マット運動

回る技・バランスの技と 安全のきまり

1 「前の人が 終わってから 始める」「マットの みみを 出したまま」「あごを 引いて 回る」の 中で、しない ほうが よいのは どれですか。

ヒント つまずかないように するには どうするかな。

答え **「マットの みみを 出したまま」です。みみに 足が ひっかかって、つまずく ことが あります。みみは マットの 下に 入れましょう。**

2 前転と かべ倒立は、それぞれ どの 技の なかまですか。

ヒント 回るか、バランスを とるかで 考えよう。

答え **前転は 回る 技の なかま（回転系）、かべ倒立は バランスを とる 技の なかま（巧技系）です。**