

体育

技の流れと安全

① 「ひざを曲げて着地」「前の人がとんでいるうちにとぶ」「マットをしいてからとぶ」の中で、安全のきまりを守っていないのはどれですか。

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines, typical of notebook paper. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There is no handwriting or other markings on the paper.

動画で見る
場面 5
「安全の きまり」

2) 台上前転は、切り返し系と回転系のどちらの技ですか。

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines, typical of notebook paper. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There is no handwriting or other markings on the paper.

動画で見る
場面 1
「技の なかま」

跳び箱運動

技の流れと安全

- ① 「ひざを曲げて着地」「前の人がとんでいるうちにとぶ」「マットをしいてからとぶ」の中で、安全のきまりを守っていないのはどれですか。

ヒント 順番のきまりを思い出そう。

答え 「前の人がとんでいるうちにとぶ」です。前の人が着地してマットからはなれたのをたしかめてから、順番にとびます。

- ② 台上前転は、切り返し系と回転系のどちらの技ですか。

ヒント 跳び箱の上で前に回る技です。

答え 回転系の技です。