

小学5年

体育

短距離走とリレー

全力で走り抜け、バトンをなめらかにつなぐ

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 「目じるしを 越えたら 走り出す」「ゴールの 手前で 走るのを ゆるめる」「ゾーン の 中で バトン を 受け渡す」 の 中で、速く 走るため に よくない ことは どれですか。



動画で 見る
場面 4
「ゴールを 走り抜ける」

- ② 「テークオーバーゾーン」は、何を する 場所ですか。



動画で 見る
場面 5
「バトンパスの ゾーン」

短距離走とリレー

全力で走り抜け、バトンをなめらかにつなぐ

- ① 「目じるしを 越えたら 走り出す」「ゴールの 手前で 走るのを ゆるめる」「ゾーン の 中で バトン を 受け渡す」の 中で、速く 走るために よくない ことは どれですか。

ヒント ゴールの 手前で 速さを 落とすと、どう なるかな。

答え 「ゴールの 手前で 走るのを ゆるめる」です。ゴールラインを 走り抜けるつもりで、最後まで 全力で 走ります。

- ② 「テークオーバーゾーン」は、何を する 場所ですか。

ヒント リレーで、バトンをつなぐ 場所だよ。

答え バトンの 受け渡しを する 場所です。バトンは、この 中で 受け渡します。