

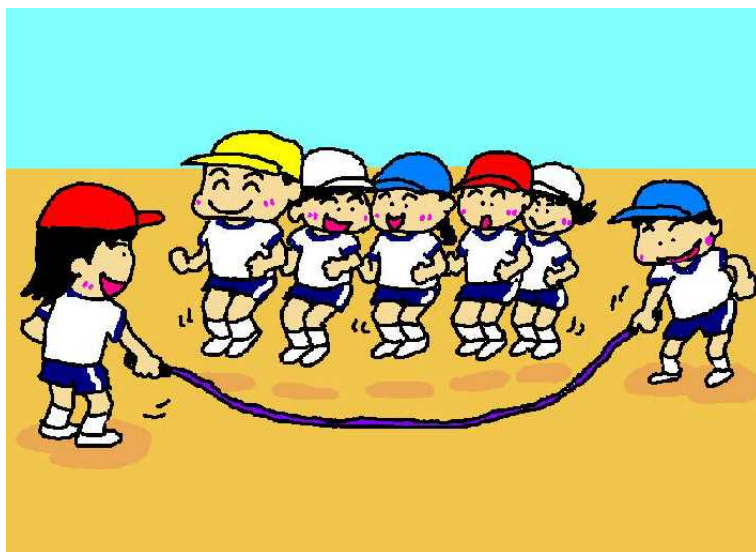
外遊び、みんなでチャレンジ!

奈良県教育委員会事務局体育健康課

グループ種目

れんぞくおお

連続大なわとび



チャレンジの仕方

- とぶ人は3人以上とし、一度に全員がとぶ。
- なわの中の並び方は自由。なわを回すのは先生でもよい。
- 3分間に連続何回とぶことができたかを数える。
- ひっかかったらすぐにやりなおし、その数から続けて数える。