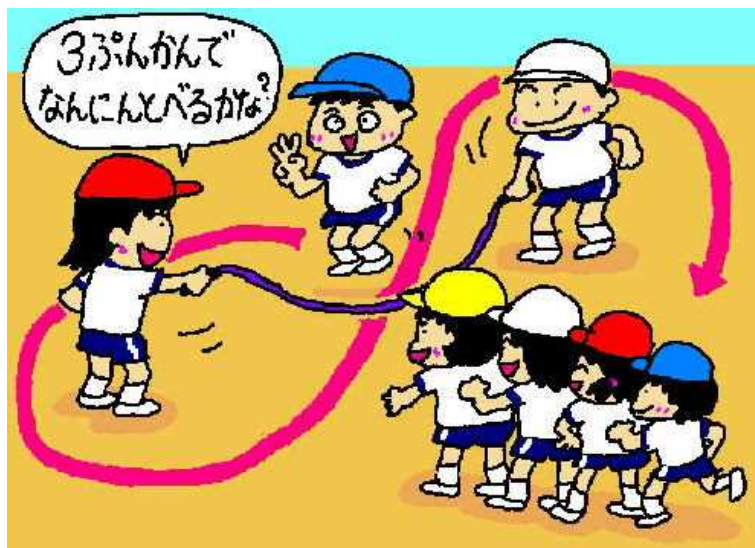


外遊び、みんなでチャレンジ!

奈良県教育委員会事務局体育健康課

グループ種目

8の字大なわとび



チャレンジの仕方

- なわを1回まわすごとにとぶ人は1人とし、全員が順番にとぶ。
- なわを回す人は先生でもよい。とぶ人は、全員で3人以上とする。
- 3分間にのべ何人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。