

外遊び、みんなでチャレンジ!

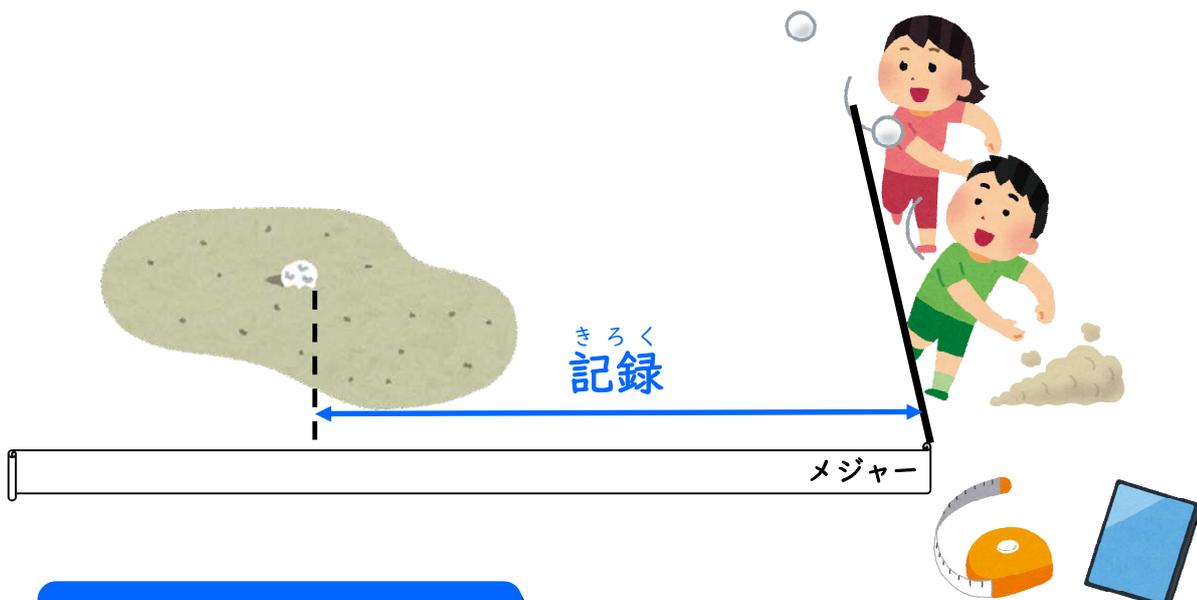
奈良県教育委員会事務局体育健康課



ひとり種目



ふわふわボール投げ



チャレンジの仕方

タブレット等での計測もOK

- 新聞紙等の紙で作ったボールを投げ、飛んだキヨリを測る。
- 助走してよい。
- 飛んだキヨリは、ラインからボールが落ちた場所まで垂直に測る。
※ボールは、オーバーハンドスローで投げる。(上から投げる)
※ボールのつくり方：別紙またはホームページを見る

<https://www-cms.pref.nara.jp/20038.htm>

※追い風(背中側からふく風)が強いときは、記録にチャレンジしても登録することができない。

先生方へ：ふわふわボール投げの測定方法は、
体カテストにおける「立ち幅跳び」の測定方法(実測)と異なります。