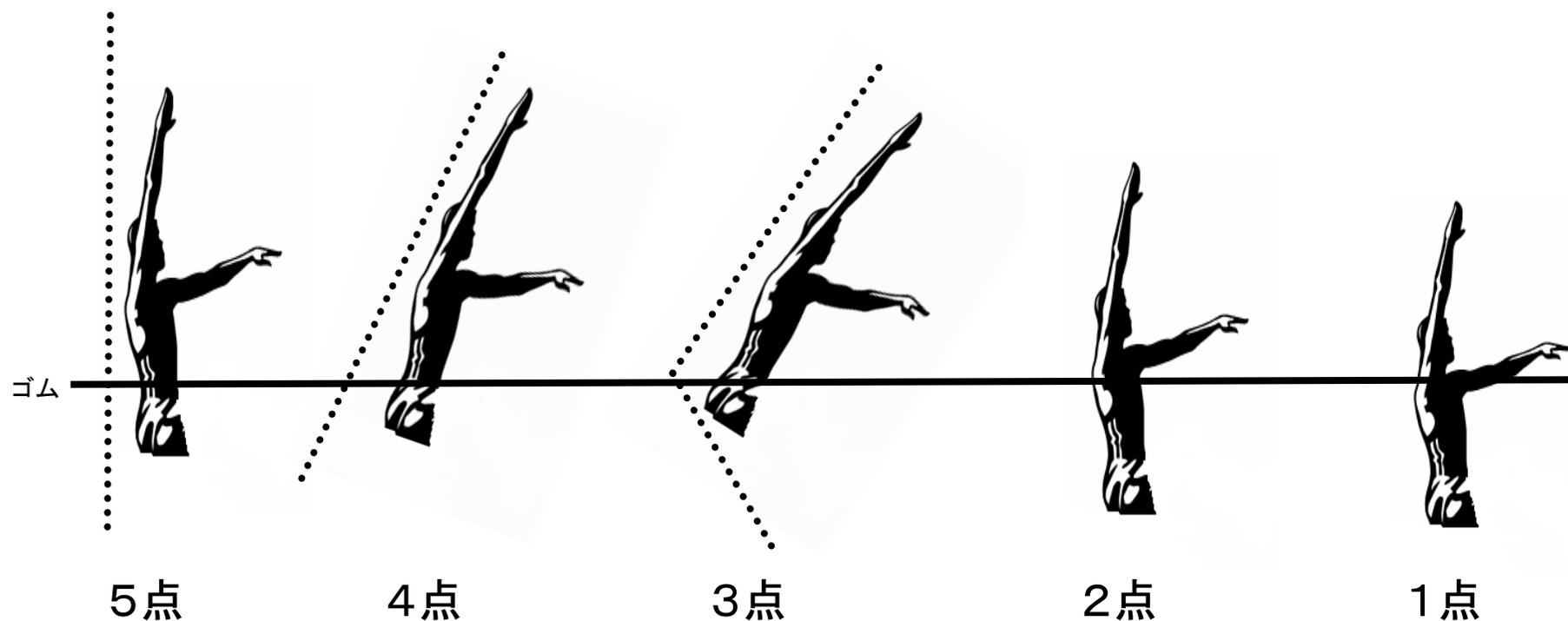
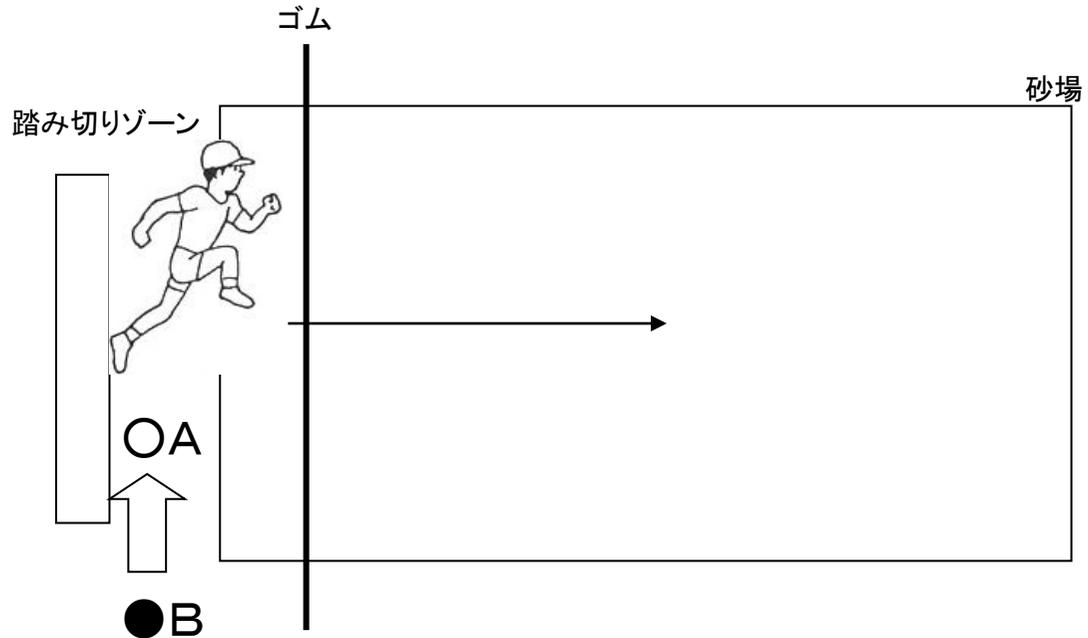


踏み切った時の体の様子を見よう



- 5点:へそでゴムを切る(上体がまっすぐになっている)
- 4点:へそでゴムを切る(上体が前傾している)
- 3点:へそでゴムを切る(上体がかがんでいる)
- 2点:胸でゴムを切る
- 1点:首より上でゴムを切る

「踏み切った時の体の様子を見よう」の使い方



●B: 踏み切りゾーンから2m離れて立ち、OAの踏み切り姿勢を見る。
踏み切った時のゴムを切る時の姿勢から得点を出す。

- 5点: へそでゴムを切る(上体がまっすぐになっている)
- 4点: へそでゴムを切る(上体が前傾している)
- 3点: へそでゴムを切る(上体がかがんでいる)
- 2点: 胸でゴムを切る
- 1点: 首より上でゴムを切る