

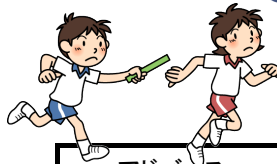
スピード診断



渡す人	もらう人	2人の30m走の合計とのタイム差	得点	アドバイス
A	A	0秒 ~ -3秒以上	3	Good! 適切なゴーマークの位置です!
B	B	+0.1秒 ~ +3秒	2	O.K! ゴーマークの位置を確認しよう!
C	C	+3.1秒 ~ +6秒以上	1	Check! スタートダッシュの仕方やゴーマークの位置を確認しよう!

A・・・全力 B・・・7割程度 C・・・ジョギング

バトンパススカウター診断



渡す人ゾーン	もらう人ゾーン	合計得点	アドバイス
3点	3点	9点	Good! パーフェクト!
3点	2点	6点	O.K! ゴーマークの位置を微調整してみよう! 目指せ、9点!
2点	3点	6点	
2点	2点	4点	Check! 2人のスピードはどうか、スピードチェックにもどって、確かめてみよう!
3点	1点	3点	
1点	3点	3点	
2点	1点	2点	Check! ゴーマーク診断に行き、2人の距離を確認してみよう!
1点	2点	2点	
1点	1点	1点	

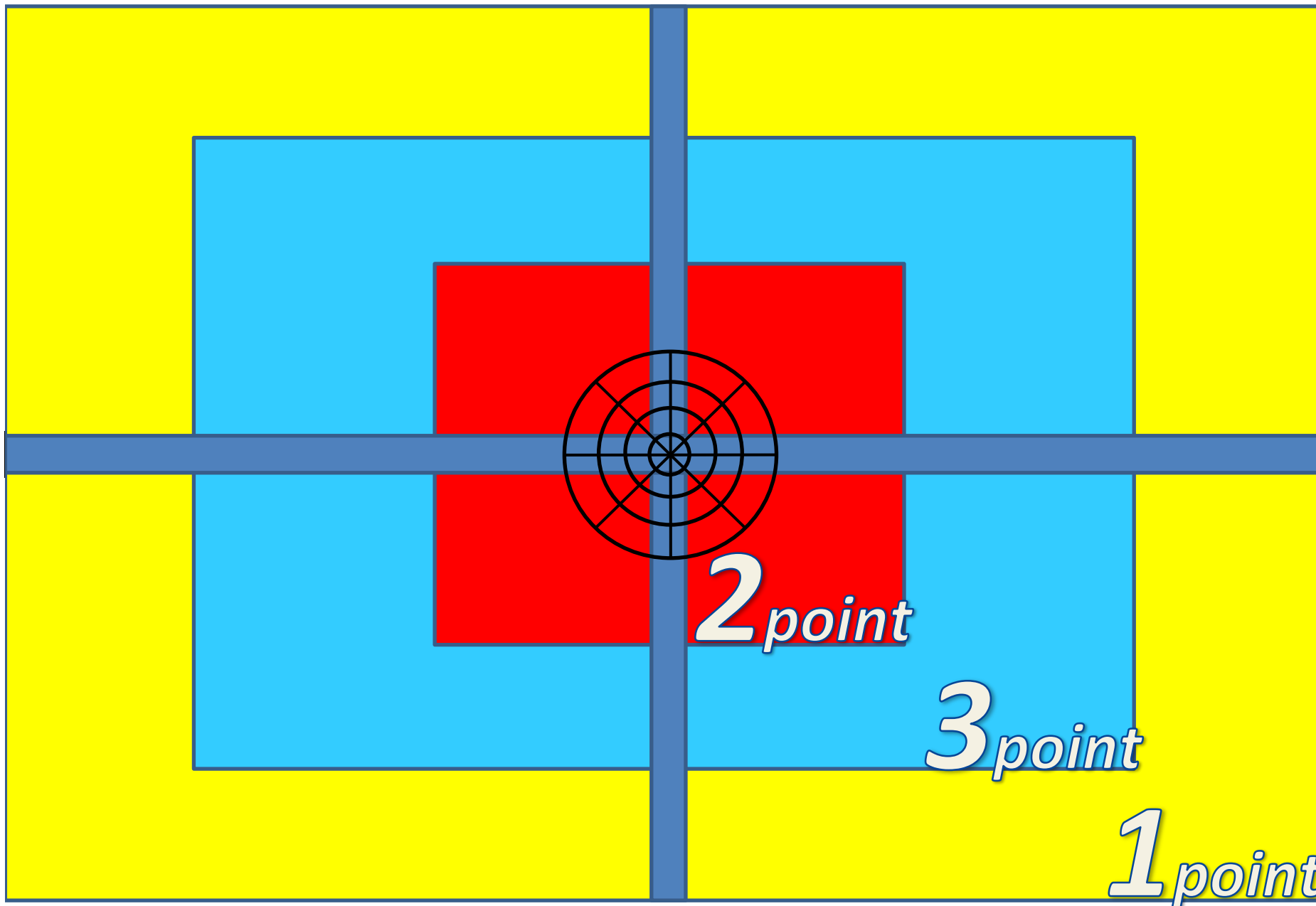
ゴーマーク診断



ゴーマークポジション	結果	理由	アドバイス
①	近い	①渡す人のスピードが速い	Check! ゴーマークの位置を近付けてみよう
		②もらう人のスタートダッシュが遅い	Check! ゴーマークの位置を遠くしよう!
②	パッチリ	今の距離とスピードを覚えよう	Good! 問題なし! 今の調子でバトンパスを続けよう
③		③渡す人のスピードが遅い	Check! ゴーマークの位置を近付けよう!
④	遠すぎる	④もらう人のスタートダッシュが速い	Check! ゴーマークの位置を遠くしよう!
⑤		渡せない	Check! ①~④の理由のどれにあてはまるか検討し、スピード診断とバトンパススカウターを活用して練習してみよう!

使い方

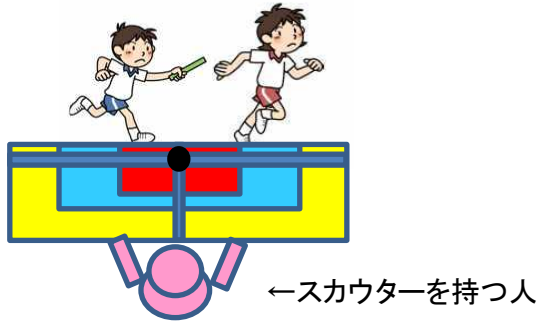
- ①一人1枚配布し、ファイルしたり、何かにはりつけたりし、毎時間持参できるようにしましょう。
- ②教具02あるいは教具03とセットでの活用がありますので、合わせて印刷してください。なお、教具02あるいは教具03は最低限チームに1つ、可能ならば1人に1枚用意できると、いつでも、どこでも見合う、教え合う活動が可能になります。



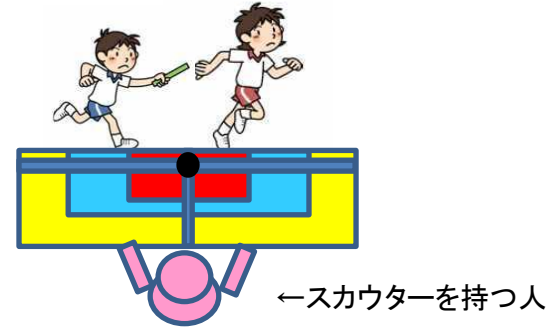
バトンパススカウターの使い方(OHPシート用)

- ① コースから5歩離れた位置で、OHPシートに印刷した本スカウターを、スカウター越しに持ちます。
- ② 中心をバトンに合わせて、動かします。
- ③ バトンパスが完了した時点でのA走者(前の走者)とB走者(後ろの走者)の体に位置がどのゾーンに入っていたかで得点が決まります。

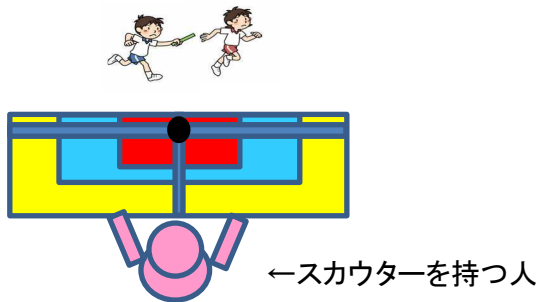
例)A走者3ポイント B走者3ポイント → $3 \times 3 = 9$ ポイント



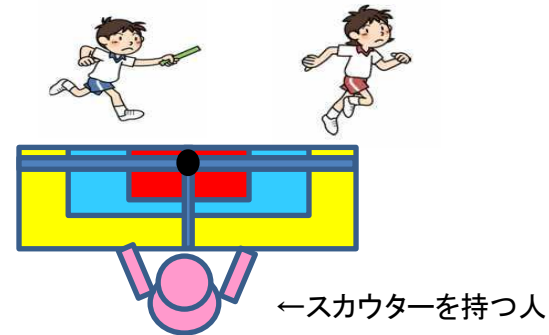
例)A走者1ポイント B走者2ポイント → $1 \times 2 = 2$ ポイント

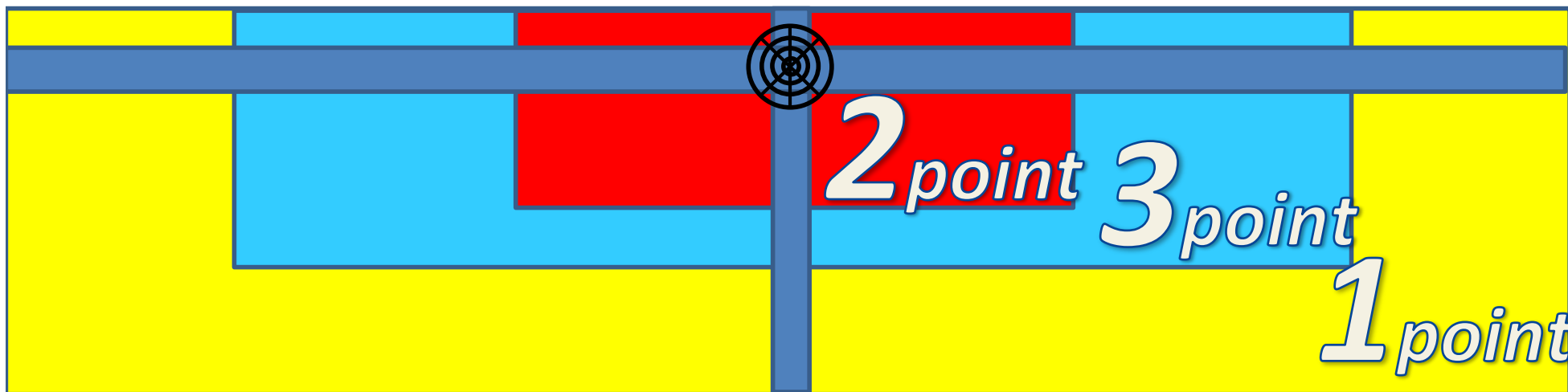


例)A走者2ポイント B走者2ポイント → $2 \times 2 = 4$ ポイント



例)A走者1ポイント B走者2ポイント → $1 \times 3 = 3$ ポイント



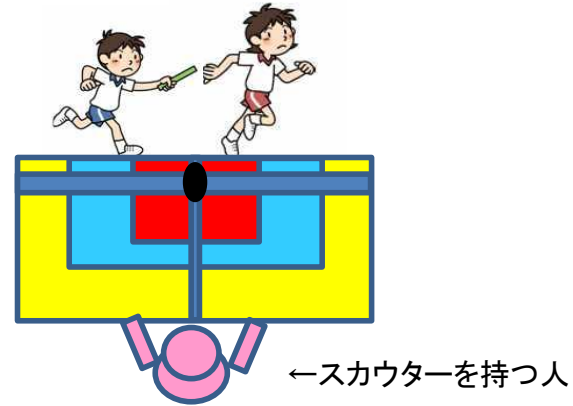
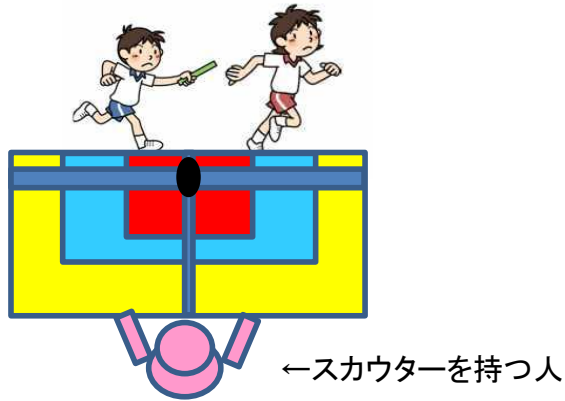


バトンパススカウターの使い方(普通紙用)

- ① コースから5歩離れた位置で、スカウターの印刷面を上にし、水平にして持ちます。
- ② 中心をバトンに合わせて、動かします。
- ③ バトンパスが完了した時点でのA走者(前の走者)とB走者(後ろの走者)の体の位置がどのゾーンに入っていたかで得点が決まります。

例)A走者3ポイント B走者3ポイント → $3 \times 3 = 9$ ポイント

例)A走者1ポイント B走者2ポイント → $1 \times 2 = 2$ ポイント



例)A走者2ポイント B走者2ポイント → $2 \times 2 = 4$ ポイント

例)A走者1ポイント B走者2ポイント → $1 \times 3 = 3$ ポイント

