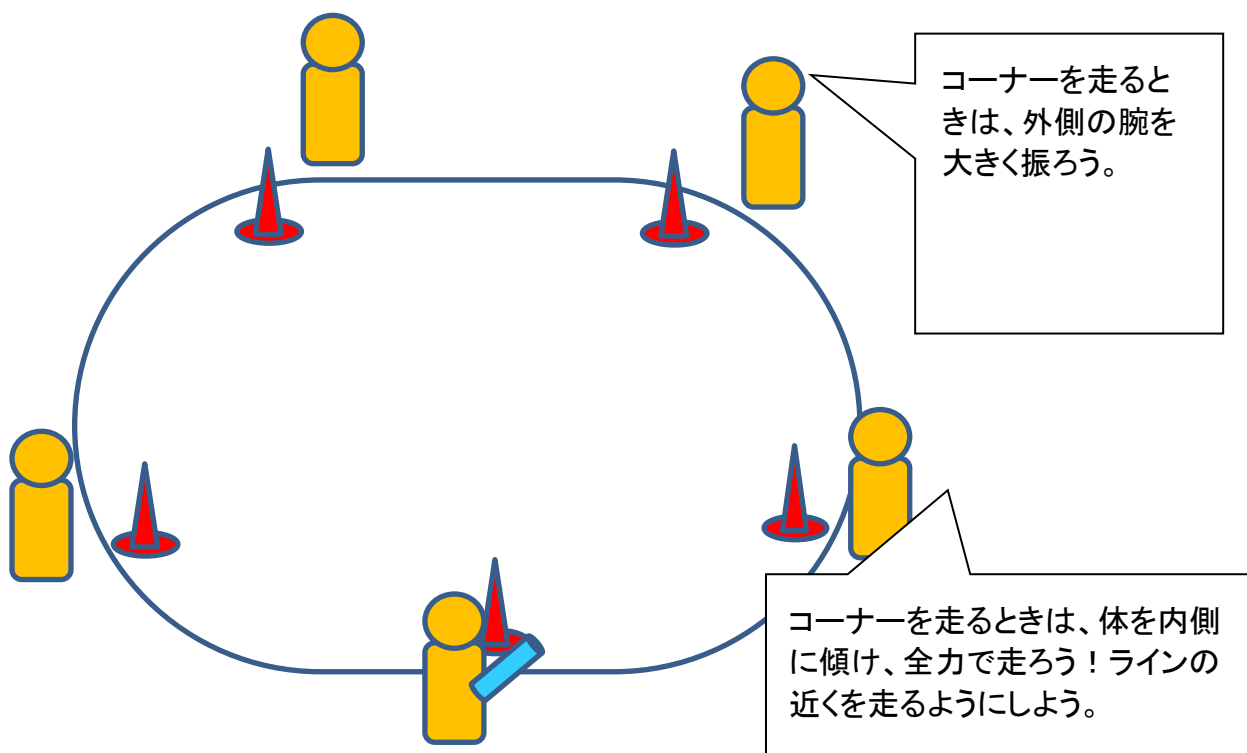


リレータイムアタック

ねらい	友達と競走を楽しみ、基礎技能を身に付ける
人数	コース毎1チーム(1チーム5名程度)
時間	1チーム1回の計測
準備	リレーコース・コーン・バトン・ストップウォッチ



やり方	<p>① 1周トラックをチームの人数で等分する。</p> <p>② 1人が走る距離を30m～40m内で設定する。</p> <p>③ 各走者のスタートラインから20m先までをテイクオーバーゾーンとする。</p> <p>※兄弟チームを設定し、バトンパススカウターやバトンパスチェックシートを活用して見合う、学び合う活動を取り入れてもよい。</p> <p>※時間があればタイムトライアルの回数を増やしてください。</p>
-----	---

「リレータイムアタック」の説明

1 準備

- リレーコース・コーン・バトン・ストップウォッチ

2 「リレータイムアタック」の進め方

- ① 1周トラックをチームの人数で等分する。
- ② 1人が走る距離を30m～40m内で設定する。
- ③ 各走者のスタートラインから20m先までをテイクオーバーゾーンとする。

※兄弟チームを設定し、バトンパスチェックシートやバトンパススカウターを活用して見合う、学び合う活動を取り入れてもよい。

