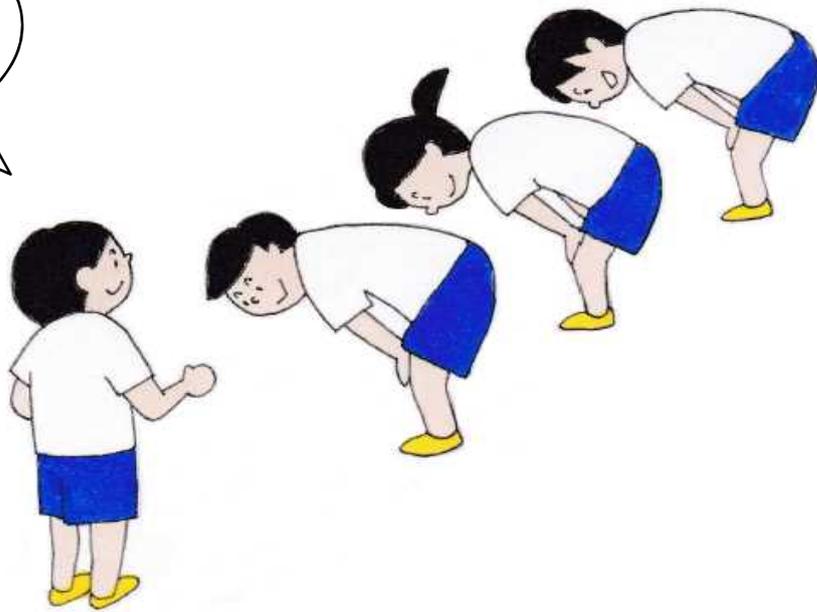


「跳」のプログラム 6

馬跳びリレー

止まらないでリズムよく跳んでいくよ！

友達が跳びやすい距離に馬を作るよ！



進め方・ルール

- グループをつくる。(最小人数3人～最大人数は何人でも可)
- 先頭の人が、馬跳びでグループ全員を跳んだところで自分も馬になる。
- 跳び終わった人が馬になっていき、設定したゴールに全員が入るまで続けていく。
- グループ対抗戦にして、先に全員がゴールに入ったグループの勝ち。
- 直線だけでなく、校庭を1週するなど、目的に応じてゴールを設定することができる。
- なるべく同じような体格の者同士でグループを組むことが望ましい。