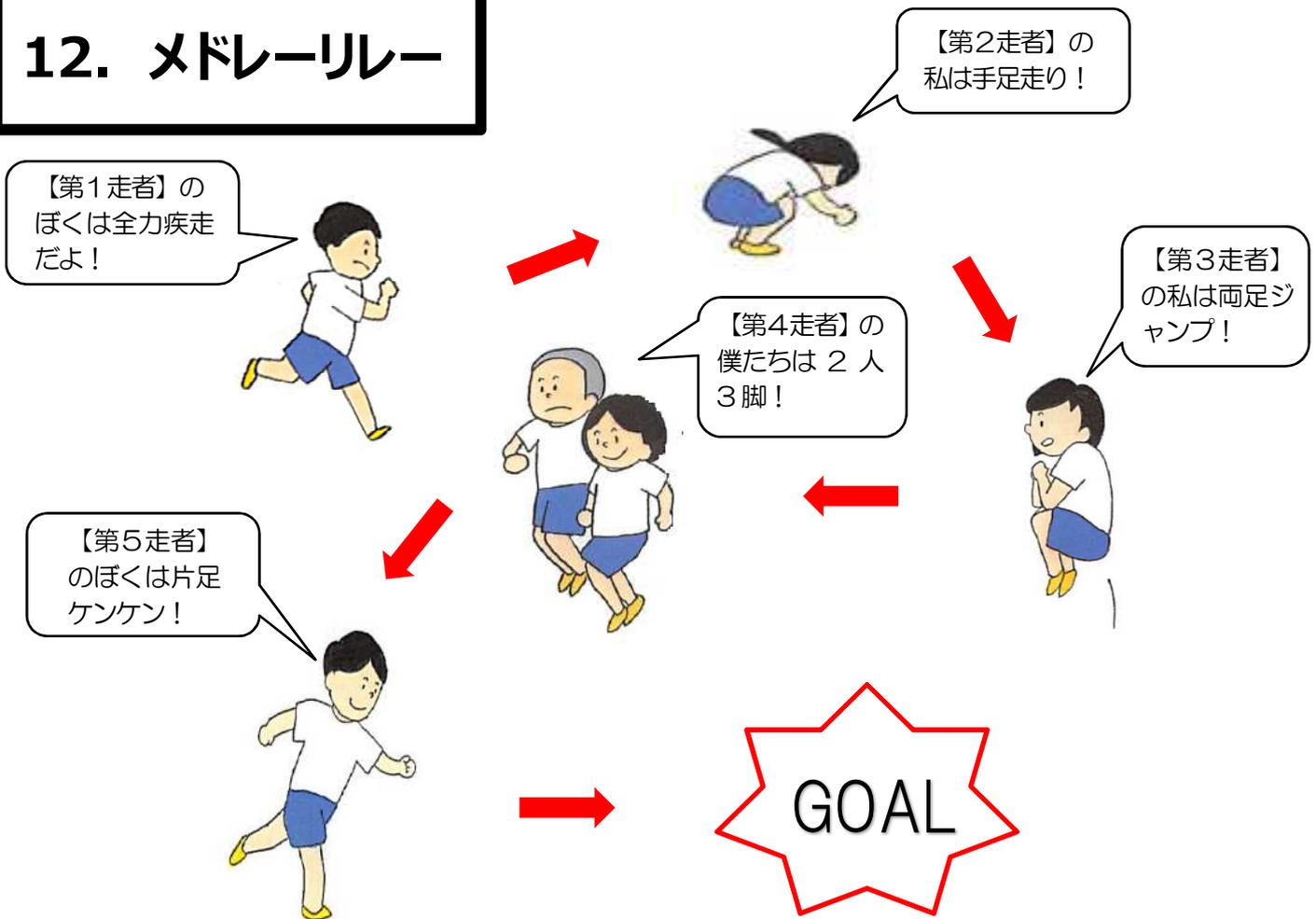


「走」のプログラム

12. メドレーリレー



進め方・ルール

- 5～6人でグループを作り、1人1人が違う運動（走り方）でリレーする。
- 行う運動（走り方）は指導者が決めてもよいし、子どもたちで決めさせてもよい。
- また、走る順番と行う運動（走り方）の順番もグループごとに決めさせてもよい。
※Aグループの第1走者は〔全力疾走〕 Bグループの第1走者は〔片足ケンケン〕でもよい
- 2人組での運動も入れると面白い。