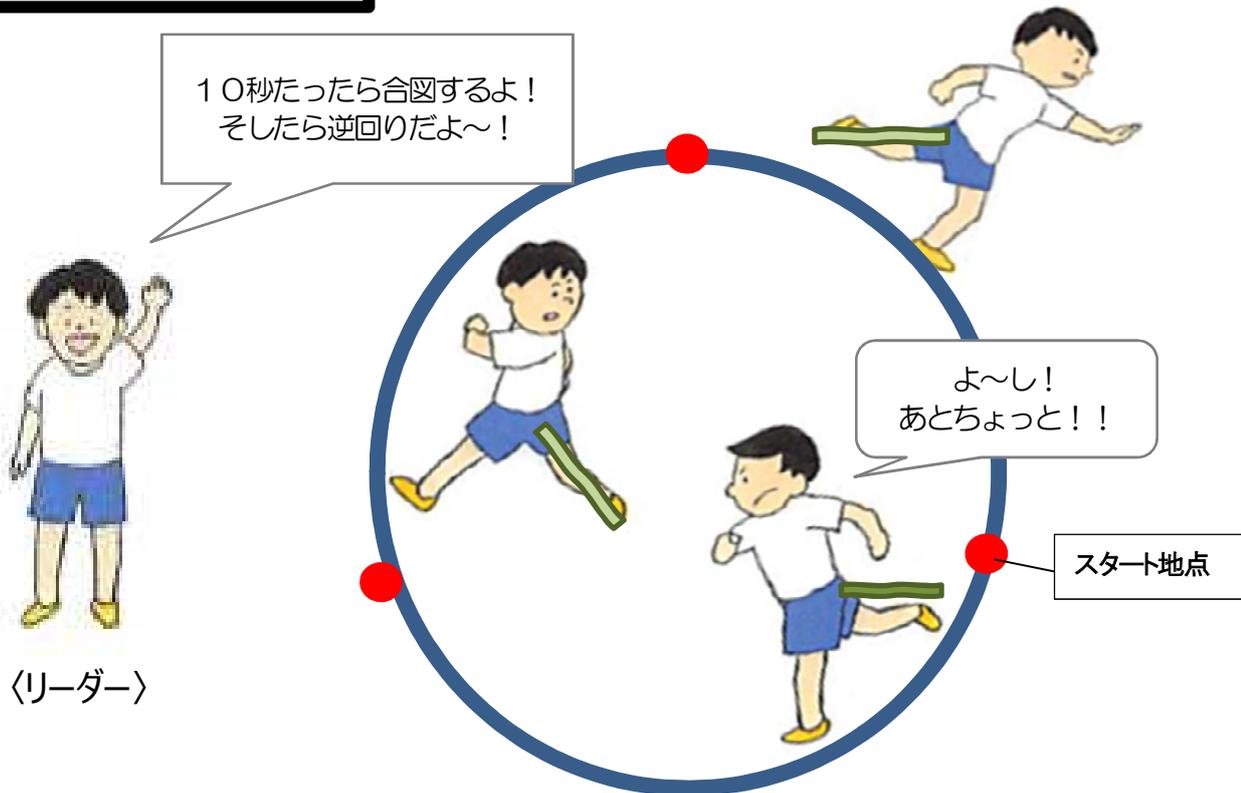


「走」のプログラム 6

追って追われて



進め方・ルール

- 3人一組になり、円周を3等分した位置に立つ。
- 紙テープやタオルをズボンにはさみ、後ろの人にとられないように走る。
- リーダーの合図で同じ方向へ一斉に走り出し、前の人のテープを取った人が勝ちとなる。
- リーダーはスタートから5～10秒ごとに合図をし、その瞬間にみんな逆向きに走る。
- 1チーム30秒～40秒を目安に交替する。
- 紙テープの長さを工夫することで、走るのが速い人も遅い人も一緒に楽しむことができる。
(速い人(高学年)の紙テープ: 1.5m、遅い人(低学年)の紙テープ: 0.7m)