

6 「連続馬跳び」

(1) 対象：小学校（中学年・高学年）

(2) 部門：「グループ」

(3) 方法

○1チーム5人で行います。

○あらかじめ跳ぶ順番を決めておきます。

○20mを馬跳びで進み、タイムを計測します。

○スタート時は、1人がスタートラインに位置し、あとの4人が馬となります。

○全員が8回ずつ馬を跳び、最後の跳び手が最後の馬を跳んで着地したら、5人全員でゴールラインまで走ります。

○最後の1人がゴールラインを越えた時点のタイムを測定します。



(4) ルール

○馬を跳んで着地後、次の者がスムーズに跳ぶ動作に移れる距離（近すぎてぶつかったり、遠すぎて競技中にゴールラインを越えないよう）で馬となって並びます。

(5) 報告記録

○記録は100分の1秒まで計測し、記録とします。「〇〇秒〇〇」