

Q31 早く、できるだけ正確にラインを引く方法を教えてください。

A ①5m間隔にペグを打つ。

②職員への周知をする。

### 実践例:8秒間走・9秒間走の場づくり

年度初めのカリキュラムを見たとき、どの学年も「走の運動遊び」「走の運動」「陸上運動」を行っている。そこで、8秒間走・9秒間走を紹介した。



5m間隔にペグを打つ。



ミラ임で全職員に紹介

8秒間走用のペグを打ちました。

前の記事

次の記事

[コメントを書く](#) [記事を編集](#) [記事を削除](#) [このテーマに記事を投稿](#) [記事のログ](#)

[記事ID] S1523 [テーマ] 一般 → 一般 [投稿者] 吉永 篤司 [日時] 19/04/22 07:35

体育で走の運動や陸上運動に取り組んでいる学年が多いかと思います。

そこで、個人のめあてに合わせて走ることができる8秒間走（ちょうど8秒でゴールできるように、個人でスタート位置を決める）用のペグを5m間隔（ゴールまで4.5m、4.0m、3.5m、3.0m）で打ちました。緑テープがついています。あとは、目測で1m間隔になるようにラインを引いて、ご使用ください。写真のように。

「やり方がわからない」「CDを使いたい」などありましたら、お伝えください。

まとめてダウンロードする

- [IMG\\_0329.JPG](#) 2.74MB (2805.89KB) / JPEG形式画像ファイル
- [IMG\\_0330.JPG](#) 4.53MB (4640.4KB) / JPEG形式画像ファイル

### 実践をふり返って

紹介するまでは、2本のメジャーを用意してラインを引くなど、場の準備に時間がかかっている様子だった。また、「準備に時間がかかる」といことで、行わない先生もいた。紹介してからは、8・9秒間走に取り組むクラスが増えた。5月には、新体カテストを行う。また、6年生は体育大会でタイムトライアル7を行う。「準備の時短」だけでなく「カリキュラム・マネジメント」の視点からも、この実践は有効であると感じた。