

跳ぶ

川渡り



運動場に川のような2本のラインを引き、軽い助走をつけて、いろいろな幅の川を跳び越えます



川渡りセット

跳ぶ

木製スプリング板



2重跳びの練習に役立ちます



跳ぶ

木製スプリング板

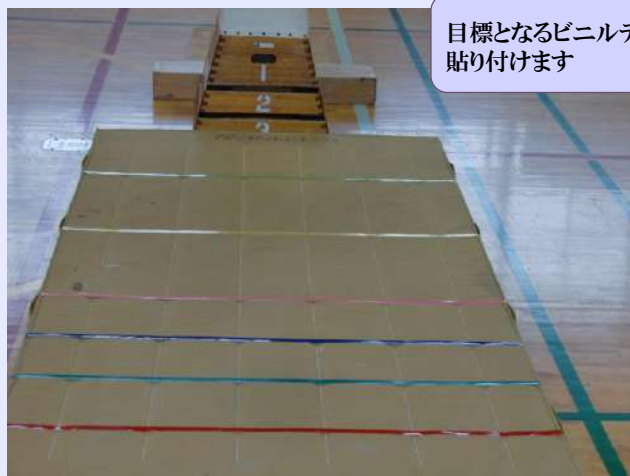


2重跳びの練習に
役立ちます



跳ぶ

遠くへジャンプ



目標となるビニルテープを
貼り付けます

跳ぶ

幅跳び測定器(砂場用)



色付きゴムを張って
目標を分かりやすく
します

跳ぶ

幅跳び測定器(体育館用)



ビニルテープを
測定線として貼り
付けます

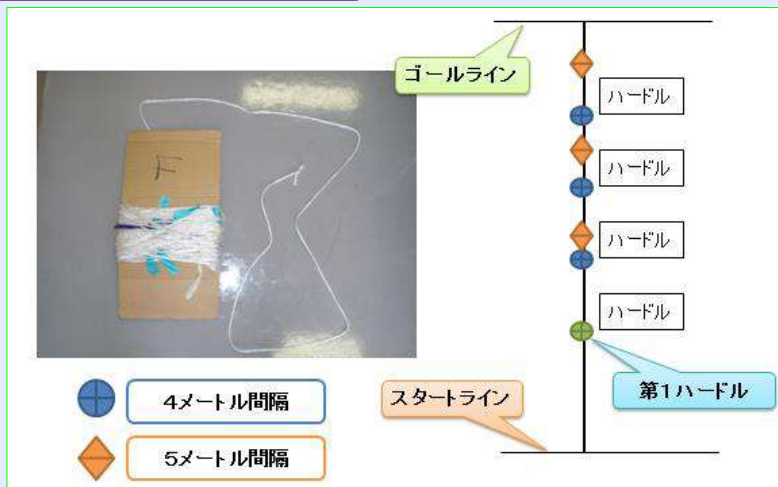
跳ぶ

高跳び測定器



跳ぶ

ハードル走 インターバルスケール



水にもぐる

水中にらめっこ



水中にもぐってイラストと
にらめっこします



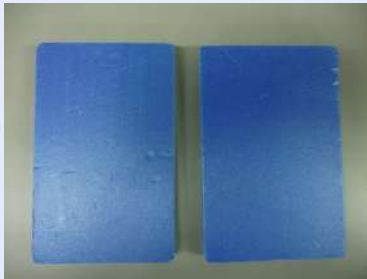
水にもぐる

ペットボトルにらめっこ



水中にもぐってにらめっこします

浮く



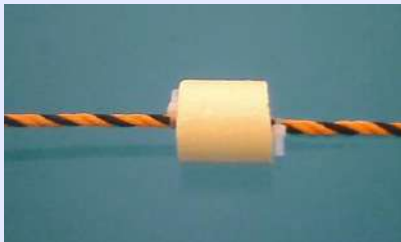
手づくり小型ビート板

ペットボトルヘルパー



泳ぐ

手作りコースロープ



発泡スチロールに穴をあけ、ロープを通します



ベースボール型

ペットボトルティー



飲み口も利用できます

ベースボール型

牛乳パックティー



スポンジゴムティー

スポンジゴムカバー



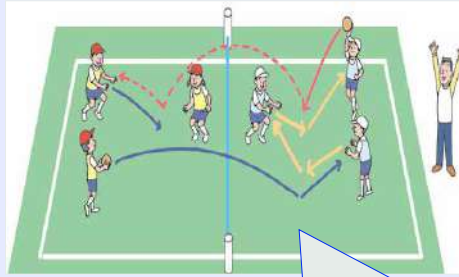
木の棒

ネット型

ペットボトル支柱



ボール運動のネットを張るときに便利です



ブレルボール
文部科学省 学校体育実技指導資料第8集
「ゲーム及びボール運動」より

ゴール型(バスケットボール)

セストボール台



360度 どこからでもシュートがねられます

セストボール台(移動式)

[作成方法はこちらをクリック](#)



自転車のリム

伸縮自在の物干しざおを利用します

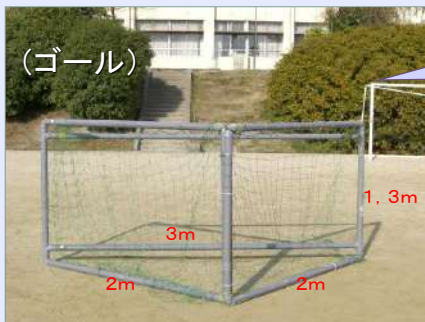
底のキャスターで移動も簡単です

ゴール型(ポートボール)

フープゴール



ゴール型(サッカー)



左右からシュートが
ねらいやすくなります

三角ゴール

サッカーゴール



ゴール型(サッカー)

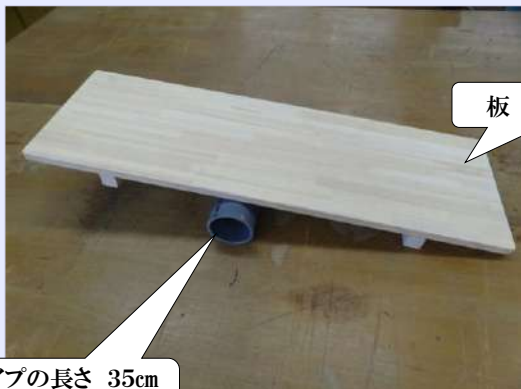
牛乳パックサッカーボール



せまい場所でも、思いきり蹴ることができます

バランス

バランスボード



板 30×90cm

パイプの長さ 35cm
パイプの直径 9cm

ひっばる

芝生スライダー



厚手の段ボールを用意します。ロープを段ボールの裏面に布テープなどでしっかり貼り付けます

得点板

牛乳パック得点板



得点すると、玉入れの玉を入れます

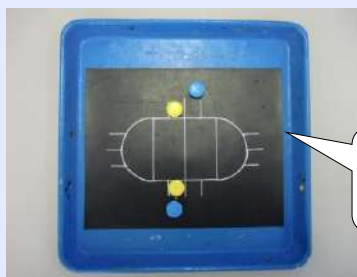
得点板

手作り得点ボード



作戦板

手づくり作戦ボード



不要になった給食のおぼんとマグネットで製作しています

