

いろいろなスタートでビーチフラッグかけっこ



- 三角座りの姿勢からのスタートです。お尻がしっかり地面についていることを確認して、スタートできるようにしましょう。



- うつ伏せの姿勢からのスタートです。スーパーマンの格好になって、手がスタートラインから出ていないことを確認して、スタートできるようにしましょう。



- 逆向きのうつ伏せ（足がスタートライン）姿勢からのスタートです。スーパーマンの格好になって、足がスタートラインから出ていないこと、組んだ手があごの下にあることを確認して、スタートできるようにしましょう。

■ 運動遊びのポイント

- いろいろな姿勢からのスタートをすることによって、スタート合図に対する反応の速さとスタート後の走る姿勢づくりをを意図したかけっこ遊びです。
- まっすぐに走れない子には、コーンを見て走ることをアドバイスするとよいでしょう。
- スタート合図に素早く反応している子や低い姿勢から徐々に重心を上げてくる走り方をしている子に注目しましょう。