

走りかたのポイント



スタートダッシュのかまえかた

からだはななめにする

手と足がいっしょに
ならないように
きをつけましょう！



足のほばは、うしろの足のひざと
前の足のかかとがかさなるくらい

①うでは 大きくふる

→おいしいのよこに
たいにがあると思って！

②ゴールはさいごまで 走りぬける！

③スタートダッシュのときは、

だれよりも早くでるきもちで！

→ふえの音をよーくききましょう