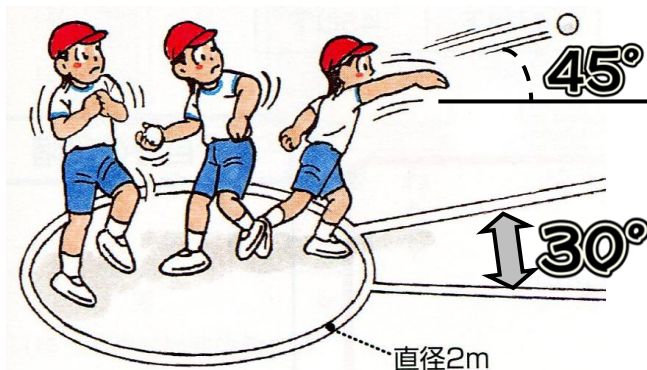


な ソフトボール投げ



《テストの行い方》
円をふまないようにして、
投げます。2回行います。

たいいよくひょうじゅんち

体力標準値(目ひょうとするきろくです。)

3年生		4年生	
男子	女子	男子	女子
15.51m	9.69m	19.12m	11.82m

仙人からの アドバイス



シャ
キーン!



カニ
シャ
キーン
あーしっ!

トレーニング方法



○ドッジボール



コートを広めにつくろう!

○紙でっぼう(ぼうしふり)

紙の大きさを
小さくするほ
ど、ならすの
がむずかしく
なるよ!

