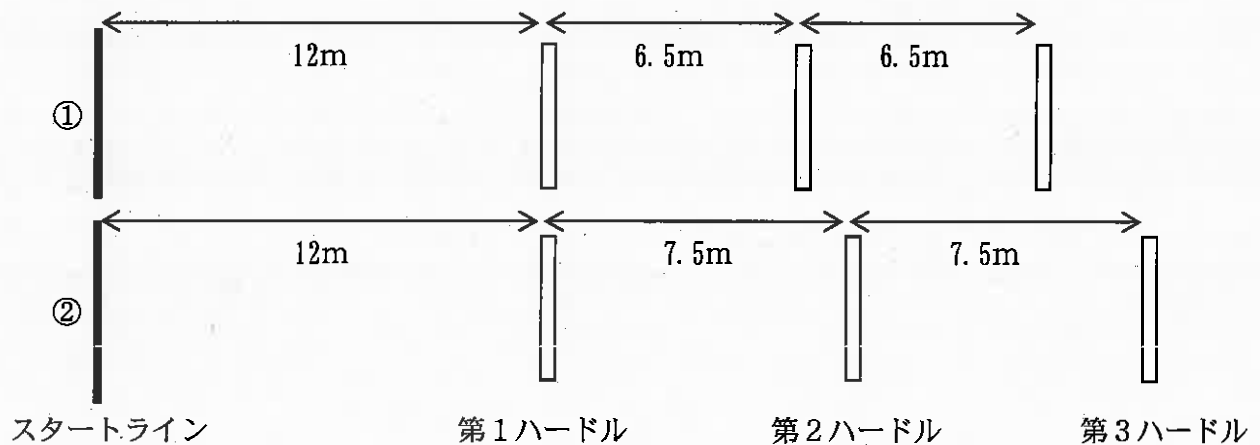


1 領域「器械運動」の「鉄棒運動」を行います。

- 1 け上がりを行いなさい。け上がりができない場合は、膝掛け振り上がりをしてよいこととします。試技は1回とします。試技の前に一度練習を行うことができます。
- 2 後方支持回転を行いなさい。試技は1回とします。試技の前に一度練習を行うことができます。

2 領域「陸上競技」の「ハードル走」を行います。

次の図の①又は②の位置から、スタンディングスタートでスタートし、滑らかに3台のハードルを走り越しなさい。試技は1回とします。試技の前に一度練習を行うことができます。



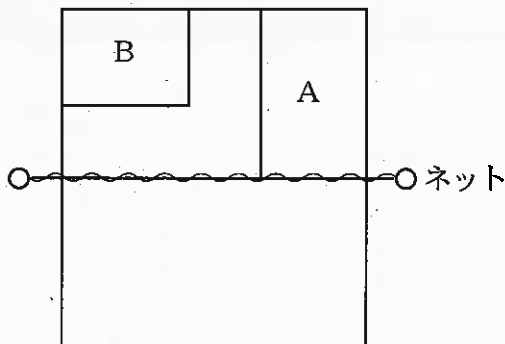
3 領域「水泳」の「クロール・平泳ぎ」を行います。

水中からスタートし、クロールで25m泳ぎ、ターンをして、続けて平泳ぎで25m泳ぎなさい。試技は1回とします。

4 領域「球技」を行います。

- 1 「ネット型 バレーボール」を行います。

次の図に示す指定された位置から、サーブをA・Bのそれぞれのゾーンに2本ずつ打ちなさい。

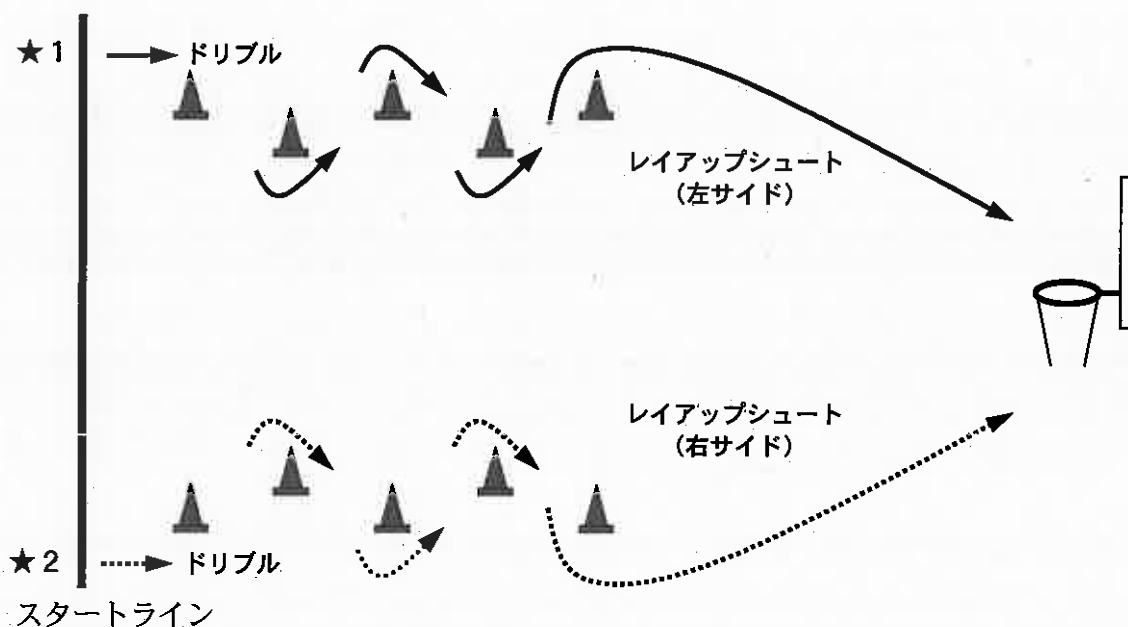


● ← 指定された位置

2 「ゴール型 バasketボール」を行います。

次の図の★1又は★2の位置から，カラーコーンをジグザグにドリブルを行い，正面のバスケットゴールにレイアップシュートをしなさい。

試技は1回とします。ドリブルが中断した場合は，中断した位置に戻り，そこから続けてドリブルを行いなさい。



5 領域「ダンス」の「創作ダンス」を行います。

次の要領でダンスを創作しなさい。

テーマ	パニック
試技回数	1回
試技時間	1分間
動く範囲	約5m×約5m
練習時間	1分