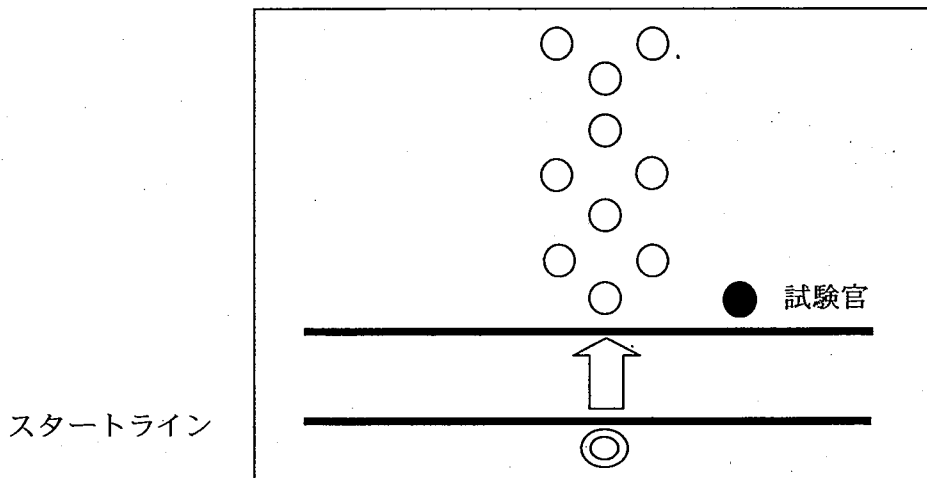


～後半グループ用～

（1枚のうち1）

- 1 腕立て伏せの姿勢で足の甲を床に付け、腕の力だけで、試験官がいる線まで進みなさい。その後、立ち上がり、「ケンパ、ケンパ、ケンケンパ」のリズムで、設置してある輪を踏まずに、それぞれの輪の中に足が入るように跳びなさい。「ケン」は片足とし、「パ」は両足とする。



## 【留意事項】

- 試験官の指示により開始すること。なお、実技の回数は1回とする。
- 片足で跳ぶ際は、右足でも、左足でもよい。

- 2 ドッジボールを壁に向かって片手のオーバースローで投げ、跳ね返ってきたボールをワンバウンドで捕りなさい。次に、試験官にボールをオーバーヘッドパスで返しなさい。

## 【留意事項】

- 試験官の指示により開始すること。なお、実技の回数は2回とする。
- 1回目の実技が終了し、試験官からボールを受け取ったら、試験官の指示により2回目を開始すること。