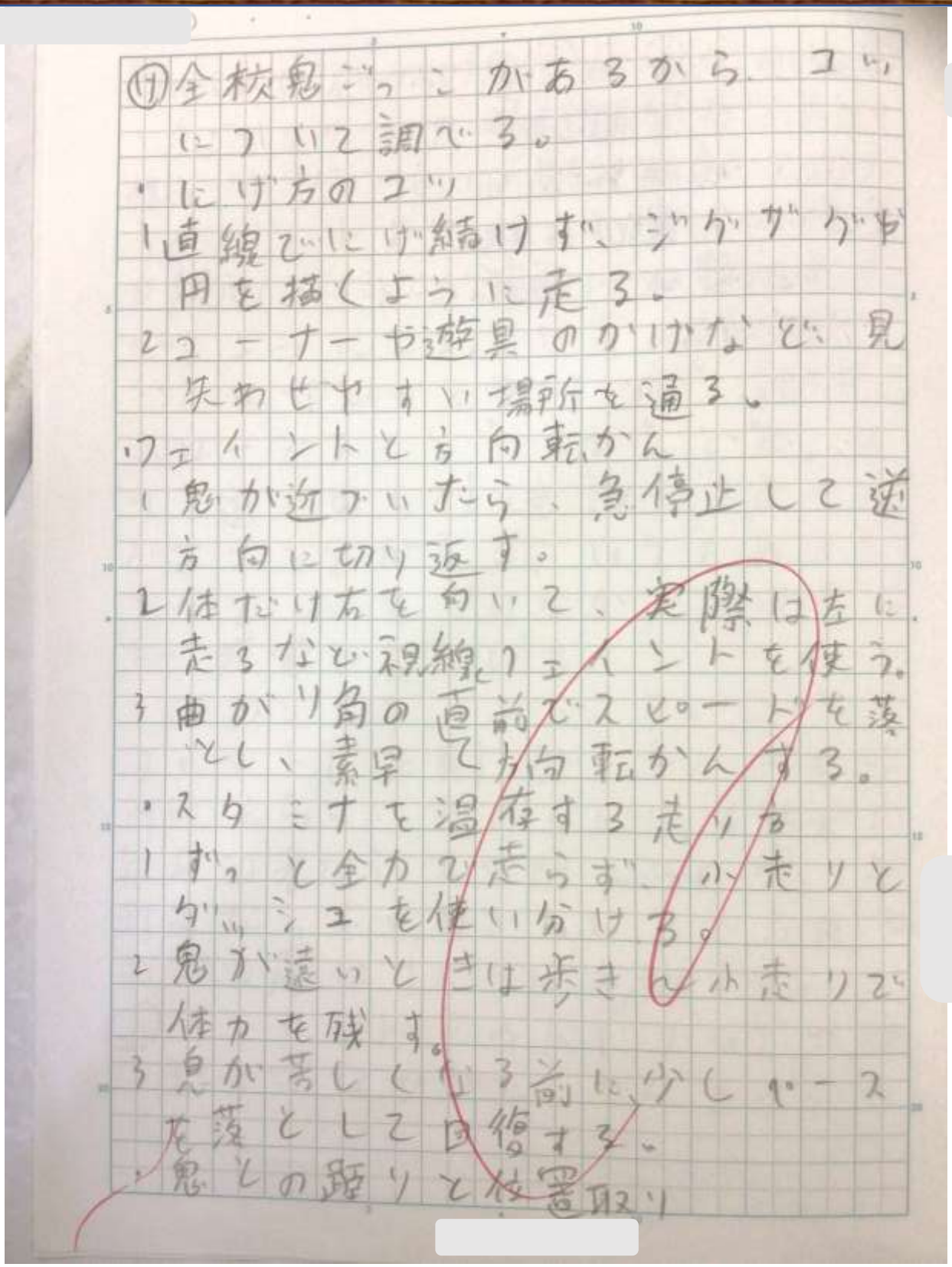
探究する扇小　～自主学習ノート～

六年生の探究です。体育委員会が〝全校鬼ごっこ〟の放送をしてくれた、数日後にまとめたようです。対策、ばっちりですね。



⑪全校鬼ごっこがあるから、コツについて調べる。
・にげ方のコツ
1直線でにげ続けず、ジグザグや円を描くように走る。
2コーナーや遊具のかげなど、見失わせやすい場所を通る。
・フェイントと方向転かん
1鬼が近づいたら、急停止して逆方向に切り返す。
2体だけ右を向いて、実際は左に走るなど視線でフェイントを使う。
3曲がり角の直前でスピードを落とし、素早く方向転かんする。
・スタミナを温存する走り方
1ずっと全力で走らず、小走りと全力ダッシュを使い分ける。
2鬼が遠いときは歩き、小走りで体力を残す。
3鬼が苦しくなる前に少しペースを落として回復する。
・鬼との距りと位置取り