全体図

ステージ

高跳

び用

マット

練習の場

（練習を優先する）

150cm

100cm

150cm

200cm

200cm

　　　　※助走コースには９ｍ～13ｍの位置に印をつけている

教具や用具

記録の場

マット

踏切り位置

アルミシート

目盛り付きマット

10㎝刻みのテープ

練習の場（記録よりもリズム、着地などの感覚をつかむための場）※３時目より導入

高跳び用マットの場（柔らかい場で着地の練習する）

