

2014/5/22 体力作り教室



幼稚園体力づくり教室の活動

今回は、昨年に引き続きあおば幼稚園の園児に行いました。

自分自身の体、部位を自由に扱えたり動かしたりするのが苦手な現代の子ども達・・・
今日は様々なステップワークを用具を使って行いました。

ラダー、フープを利用して、くぐったりまたいだり跳んだり、片足でケンケン・・・最初はぎくしゃくしていた体のバランスが、だんだん上手に動かせるようになってきました。

