

はと組 運動教室

R6. 8. 27

今日は浅田スポーツクラブより たけうち さとみ先生 をお招きして運動教室に参加しました！ストレッチや様々な運動遊びの中で柔軟性や体幹を鍛えられたかな？！

初めての運動教室は緊張している子も多くいましたが、終わった後は「疲れたけど楽しかった～！」と言っていたはと組さんでした♡



背筋ピン！
正しい姿勢を教
てもらいました！



おでこが膝にくっつくかな？

サツマイモに変身して
ゴロゴロ転がり、
体全身の調整力を養います。
曲がらず転がっていけるかな？



体幹がないとできないポーズ！
見事できました☆



はと組さんの
柔らかい体に驚きです！



これだと沈没
しちゃうぞ～！！



サメに食べられないように
島の上に逃げます。
マットは 5 人、平均台は 3 人、フラフ
ープは 2 人までしか乗れません。
判断力が養われるゲームです！

