

11月の活動紹介

○ 11月29日(水)に、全児童、保護者、職員で3B体操を行いました。「遊びの要素」「気軽に」「体に無理なく」をキーワードに、老若男女問わず、誰でも楽しめるように考案された健康体操です。ボール、ベル、ベルダーの器具を音楽を流して使い、楽しく心地よい運動ができました。垂水市3B協会の皆様、誠にありがとうございました。



【ベルを足の間をとおし、キャッチ】



【リズムに合わせて、両手を挙げて】



【ベルを投げて、キャッチ】



【背中のベルを投げて、キャッチ】



【右足から、ステップ1・2・3でポーズ】



【ベルを投げてどこまで飛ばせられる?】