



キッズスポーツ



令和6年9月30日(月)
午後3時30分～

あいさつ



今年度初めての「キッズスポーツ」でした。挨拶をし、ルールや約束を聞いた後、楽しくジャンプや逆立ち足裏合わせ等の準備運動をしました。

準備運動の後は、走力を高める運動にチャレンジしました。ステップやスタート等の仕方をスモールステップで分かりやすく指導して頂きました。

最後には30m走の測定をしてもらい、先生に走り方やタイムの良さを褒めて頂きました。子供達はとてもうれしそうにしていました。

準備運動



ステップ・スタート練習



30m走

